

## Erhöht Zigarettenrauchen das Risiko für Depressionen?

### **Gutenberg-Gesundheitsstudie der Universitätsmedizin Mainz untersucht möglichen Zusammenhang zwischen Rauchen und psychischen Erkrankungen**

Wissenschaftler:innen des Zentrums für Kardiologie – Kardiologie I der Universitätsmedizin Mainz haben im Rahmen der Gutenberg-Gesundheitsstudie (GHS) Anzeichen dafür entdeckt, dass Zigarettenrauchen das Risiko für psychische Erkrankungen wie Depressionen erhöhen könnte. Studienteilnehmende, die rauchen oder sich in der Rauchentwöhnung befinden, hatten im Vergleich zu Nichtraucher:innen häufiger angegeben, an Symptomen einer Depression, Angst- und/oder Schlafstörung zu leiden. Wie häufig, wie viel und wie lange die Personen schon rauchen, schien ebenfalls ein vermehrtes Auftreten von depressiven Symptomen zu beeinflussen. Die Studienergebnisse sind kürzlich in der Fachzeitschrift „Journal of Affective Disorders“ veröffentlicht worden.

Laut der Weltgesundheitsorganisation rauchen weltweit rund 1,3 Milliarden Menschen. Rauchen ist jedoch eine der größten Risikofaktoren für die Gesundheit. Jedes Jahr sterben auf der Welt sieben Millionen Menschen an den Folgen ihres Tabakkonsums. Unter Personen mit psychischen Erkrankungen ist der Tabakkonsum mehr als doppelt so viel verbreitet als in der Allgemeinbevölkerung.

„Vor diesem Hintergrund hatte unsere Studie das Ziel, zu untersuchen, ob rauchende Menschen ein erhöhtes Risiko haben könnten, psychische Erkrankungen zu entwickeln. Wir haben festgestellt, dass ein rund ein Drittel der GHS-Teilnehmenden angab, von Symptomen für Depression, Angststörungen oder Schlafstörungen betroffen zu sein. Im Vergleich zu Nichtrauchern schienen aktuelle Raucherinnen und Raucher eine um 43 Prozent höhere Wahrscheinlichkeit zu haben, an Depressionssymptomen zu leiden. Auch wenn die Ergebnisse zunächst keine Aussage darüber zulassen, ob tatsächlich eine kausale Ursache vorliegt, leisten sie dennoch einen ersten Beitrag dafür, die bisher unbekannt Verbindung zwischen Zigarettenrauchen und psychischen Erkrankungen zu erforschen“, erklärt Dr. Omar Hahad, Erstautor der Publikation und wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Kardiologie I am Zentrum für Kardiologie an der Universitätsmedizin Mainz.

Die Mainzer Forschenden haben beobachtet, dass bei rauchenden Studienteilnehmenden insbesondere die depressiven Symptome am stärksten ausgeprägt waren. Bei ihnen traten im Verlauf der mehrjährigen Studie Depressionssymptome um 50 Prozent häufiger neu auf, verglichen zu Nichtrauchenden. Auch Faktoren wie Ausmaß, Häufigkeit und Anzahl der Jahre, in denen die Teilnehmenden schon Tabak konsumieren, könnte die mentale Gesundheit möglicherweise negativ beeinflussen. Eine weitere Erkenntnis: Je länger die Teilnehmenden nicht mehr rauchen, desto weniger gaben sie an, unter bestehenden Depressionssymptomen zu leiden.

„Aus Sicht der öffentlichen Gesundheit sollten vorbeugende Maßnahmen und Strategien geschaffen werden, die die Bevölkerung stärker für die gesundheitlichen Auswirkungen des Rauchens sensibilisieren. Dabei sollte auch darauf aufmerksam gemacht werden, dass Tabakkonsum mit psychischen Gesundheitsrisiken einhergehen könnte“, betont Univ.-Prof. Dr. Thomas Münzel, Direktor der Kardiologie I am Zentrum für Kardiologie der Universitätsmedizin Mainz.

Die Untersuchung fand im Rahmen der Gutenberg-Gesundheitsstudie statt, eine der weltweit größten Studien im Bereich Bevölkerungs-basierter Forschung. Die GHS läuft seit 2007 und schließt mehr als 15.000 Teilnehmende im Alter von 35 bis 74 Jahren aus der Region Mainz und Mainz-Bingen ein. Die erste Befragung von 2007 bis 2012 erfasste Menge, Häufigkeit, Gesamtdauer des Tabakkonsums sowie bereits vorhandene Symptome für Depressionen, Angst- und Schlafstörungen. Fünf Jahre später wurden die Studienteilnehmenden erneut befragt und die Ergebnisse hinsichtlich auftretender Symptome psychischer Auffälligkeiten verglichen.

**Originalpublikation:**

Hahad O., Beutel M., Gilan D.A., Michal M., Schulz A., Pfeiffer N., König J., Lackner K., Wild P., Daiber A., Münzel T., The association of smoking and smoking cessation with prevalent and incident symptoms of depression, anxiety, and sleep disturbance in the general population. *Journal of Affective Disorders* (2022).

DOI: [doi.org/10.1016/j.jad.2022.06.083](https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.06.083)