

Kalenderwoche 04/2019 - Rauchstopp

Rauchstopp

Ein Rauchstopp hilft nicht nur das Lungenkrebsrisiko zu senken, er kann sich auch günstig auf die Behandlung von Lungenkrebspatienten auswirken. Doch wie kann der Rauchstopp gelingen?

Griechische Forscher haben dazu mit Patienten der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) eine Untersuchung durchgeführt. Sie wollten wissen, welche Maßnahme besser hilft: Eine einzelne Beratung oder die Kombination von einem Medikament zur Raucherentwöhnung und eine begleitende Unterstützung? Außerdem wählten die Forscher einen Zeitpunkt, von dem sie hofften, dass die Teilnehmer besonders motiviert waren: einen Krankenhausaufenthalt aufgrund von akuten Atemproblemen. Mit einer der beiden Methoden schafften es über 50 % der Teilnehmer mehr als ein Jahr auf die Glimmstängel zu verzichten.

Auch zur Zeit als Alternative zum Tabak rauchen angepriesen: die E-Zigarette. Zwar stimmt es, dass die elektrischen Verdampfer weniger Schadstoffe enthalten – doch reicht das um Gesundheitsrisiken zu vermeiden, und helfen sie beim Rauchstopp? Untersuchungsergebnisse zu diesen Punkten deuten eher auf das Gegenteil hin.

Hier die Studien im Detail:

- [Rauchstopp: Vareniclin plus professionelle Begleitung hilft](#)
- [Wie ungefährlich sind E-Zigaretten wirklich?](#)