

Welt-COPD-Tag 2021: Rauchen ist die Hauptursache für COPD

Rauchen ist die Hauptursache für die Lungenkrankheit COPD (engl. chronic obstructive pulmonary disease, zu Deutsch: Chronisch obstruktive Lungenerkrankung). Zwischen 80 und 90 Prozent aller COPD-Fälle sind auf das Rauchen zurückzuführen. Darauf macht die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) anlässlich des Welt-COPD-Tages am 17. November 2021 aufmerksam. Laut Statistischem Bundesamt sterben in Deutschland jährlich mehr als 30.000 Menschen an den Folgen einer COPD-Erkrankung. Durch eine COPD-Erkrankung steigt auch das Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf.

Michaela Goecke, Leiterin des Referats für Suchtprävention in der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, erläutert: „Viele Raucherinnen und Raucher sind sich nicht darüber im Klaren, dass sie ein erhöhtes Risiko für eine COPD haben. Erste Symptome wie Kurzatmigkeit oder vermehrter Auswurf beim Husten werden häufig nicht ernst genug genommen. Dabei ist bei einer COPD bereits in dieser Phase das Lungengewebe stark geschädigt. Um das Risiko einer COPD zu senken, ist ein Rauchstopp immer richtig. Die BZgA unterstützt mit zahlreichen qualitätsgeprüften Angeboten – ob telefonisch, online oder mit dem kostenfreien rauchfrei-Startpaket.“

Eine COPD-Erkrankung beginnt schleichend. Frühe Symptome wie vermehrter Husten, Auswurf und Kurzatmigkeit werden von den Betroffenen häufig als Begleiterscheinungen des Rauchens – als sogenannter Raucherhusten – hingenommen. Durch die fortschreitende Schädigung der Lungenbläschen wird die Sauerstoffversorgung des gesamten Organismus immer schlechter. Deshalb müssen schwer an COPD Erkrankte dauerhaft mit zusätzlichem Sauerstoff versorgt werden.

Kostenfreie und qualitätsgesicherte Angebote der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zur Unterstützung beim Rauchstopp:

- Online-Ausstiegsprogramm: Infos und individuelle Tipps zum Thema Rauchen und Nichtrauchen und unterstützende tägliche E-Mail unter: <http://www.rauchfrei-info.de>. Eine Möglichkeit zum Austausch und zur gegenseitigen Motivation bieten das Forum und der Chat mit anderen Aufhörwilligen und den ehrenamtlichen rauchfrei-Lotsinnen und -Lotsen.
- Telefonische Beratung zur Rauchentwöhnung: Professionelle Beraterinnen und Berater sind unter der kostenlosen Rufnummer 0 800 8 31 31 31 täglich erreichbar, montags bis donnerstags von 10 bis 22 Uhr und freitags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr. Die Telefonberatung begleitet auf Wunsch mit bis zu fünf Rückrufen individuell beim Rauchstopp.
- Informationsbroschüren: „Ja, ich werde rauchfrei“ oder „Rauchfrei in der Schwangerschaft und nach der Geburt“: Die Broschüren können kostenfrei bestellt oder direkt heruntergeladen werden unter: <http://www.bzga.de/infomaterialien>
- rauchfrei-Startpaket zum Nichtrauchen mit der Broschüre „Ja, ich werde rauchfrei“, einem „Kalender für die ersten 100 Tage“, einem Stressball und anderen hilfreichen kostenlosen Materialien. Bestellung per E-Mail unter: bestellung@bzga.de

Bestellung der kostenlosen BZgA-Materialien unter:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 50819 Köln
Online-Bestellsystem: <http://www.bzga.de/infomaterialien>
Fax: 0221/8992257
E-Mail: bestellung@bzga.de