



Screenexte: Körperliche Schäden durch Tabakkonsum

Bauchspeicheldrüse

Rauchen erhöht die Gefahr der akuten oder chronischen Entzündung der Bauchspeicheldrüse (Pankreatitis) deutlich.

Das Risiko von Krebserkrankungen an der Bauchspeicheldrüse erhöht sich schon beim täglichen Rauchen von zehn Zigaretten um fast das Fünffache.

Gehirn

Das Risiko für Alzheimer und andere Demenzkrankheiten ist bei Rauchern stark erhöht. Das ergab eine Studie niederländischer Forscher, die über sieben Jahre hinweg mit rund 7000 Teilnehmern durchgeführt wurde.

Demnach steigert Rauchen das Risiko für Erkrankungen der Gehirnarterien und führt zu oxidativem Stress, das heißt einer erhöhten Anzahl freier Radikale (aggressive chemische Verbindungen), im Körper.

Die freien Radikale greifen die Eiweiße der biochemischen Zellmaschinerie, z. B. lebenswichtige Enzyme, und die in den Zellmembranen enthaltenen Fette an.

Ebenso werden sie mit dem natürlichen Alterungsprozess in Verbindung gebracht. Sie schädigen die Erbsubstanz und führen wohl dadurch auch zu einer frühzeitigen Zerstörung von Gehirnzellen.

Geschlechtsorgane

Regelmäßiges Rauchen schädigt die Blutgefäße, die die Eierstöcke versorgen. Das führt dazu, dass die Raucherinnen bis zu fünf Jahre früher in die Wechseljahre (Menopause) kommen. Sie haben ein erhöhtes Brustkrebsrisiko und eine höhere Sterberate.

Auch auf die Spermaqualität des Mannes wirkt sich Tabakkonsum negativ aus. Konzentration und Anzahl der Spermazellen nehmen ab. Die Spermien sind langsamer und häufig krankhaft verändert.

Weil Rauchen die Blutgefäße verengt und die Durchblutung beeinträchtigt, erhalten die Schwellkörper im Penis bei verstärktem Rauchen immer weniger Blut. Potenzstörungen bis hin zur Impotenz (erektile Dysfunktion) sind die Folge.

Haut

Rauchen vermindert die Durchblutung der Haut, reduziert die Versorgung mit Eiweißstoffen und erhöht den Verbrauch von Mineralstoffen und Vitaminen. Dadurch wird die Haut trocken, ledern und faltig und scheint um Jahre gealtert.

Der Teer aus dem Zigarettenrauch färbt Finger und Fingernägel gelblich-braun. Auch Haarausfall hängt mit der durch das Rauchen bedingten schlechteren Versorgung der Haarwurzeln zusammen.

Das Risiko, an Schuppenflechte oder Hautkrebs zu erkranken, steigt deutlich an.

Herz

Rauchen verengt die Blutgefäße und führt zu deren Verkalkung (Arteriosklerose). Dadurch steigen Blutdruck und Herzfrequenz und in der Folge auch die Belastung des Herzens sowie das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Starke Störungen der Durchblutung der Herzkranzgefäße können zum Absterben von Herzgewebe und damit zu einer dauerhaften Schwächung des Herzmuskels führen.

Rauchen begünstigt außerdem die Bildung kleinerer und größerer Blutgerinnsel, die die verengten Blutgefäße verstopfen können. So ist das Risiko, einen Herzinfarkt schon im jungen Alter zu erleiden, bei Rauchern um den Faktor fünf erhöht.

Bei Kombination mit anderen Risikofaktoren wie mangelnder körperlicher Bewegung, einseitiger Ernährung oder Stressbelastung erhöht sich das Risiko noch weiter.

Knochen

Durch mangelhafte Versorgung des Knochengewebes schädigt Rauchen die Knochen-substanz. Eine belgische Studie belegt, dass sich das Risiko von Knochenbrüchen durch Rauchen in der Jugend verdoppelt.

Auch später ist der Knochenschwund bei Rauchern etwa doppelt so hoch wie bei Nicht-rauchern. Osteoporose, Arthritis und ihre Folgen nehmen zu.

Körper

Tabak enthält mehr als 40 Substanzen, die nachweislich krebserregend sind. Dementsprechend erhöht Rauchen das Krebsrisiko vieler Organe zum Teil beträchtlich.

Rauchen stört die Blutgerinnung, fördert die Verklumpung von Thrombozyten und führt schließlich dazu, dass nicht genügend Sauerstoff über das Blut zu den Organen transportiert werden kann.

Zusätzlich bedingt Rauchen die Verengung und Verkalkung der Blutgefäße und beeinträchtigt so die Versorgung der Organe noch weiter. Organe oder Körperteile, insbesondere die Extremitäten, können in der Folge verkümmern und sogar ganz absterben (Raucherbein).

Insgesamt steigt so das Risiko von verstopften Blutgefäßen und damit die Wahrscheinlichkeit, einen Schlaganfall oder Herzinfarkt zu erleiden, stark an. Nimmt eine Raucherin die Antibabypille, so erhöht sich das Risiko von lebensbedrohlichen Blutgerinnseln und Thrombosen weiter.

Allgemein führt Tabakkonsum zur Schwächung des Immunsystems und damit zur Anfälligkeit des Rauchers gegenüber Viren und Bakterien. Außerdem verklebt der im Tabak enthaltene Teer die Flimmerhärchen in den Atemwegen, so dass Staub, Schmutz und Erreger relativ einfach in den Körper gelangen und dort ihre gefährliche Wirkung entfalten.

Lunge

Die Flimmerhärchen von Bronchien und Luftröhre haben die Aufgabe, Fremdkörper wie Staubpartikel aus den Atemwegen zu entfernen.

Der Teer aus dem Zigarettenrauch aber setzt sich an den Flimmerhärchen fest und verklebt diese. So können sie Fremdkörper, Schadstoffe, aber auch Bakterien und Viren nicht mehr richtig aus dem Körper befördern.

Der Organismus versucht sich nun durch starkes Husten zu reinigen (Raucherhusten). Die häufigen Entzündungen und permanenten Reizungen entwickeln sich nicht selten zu einer chronischen Bronchitis. Auch Asthma lässt sich in sehr vielen Fällen mit Rauchen in Verbindung bringen.

Bei fortschreitendem Tabakkonsum kann es zur Lungenblähung (Emphysem) kommen. Dabei werden die einzelnen Lungenbläschen nicht vollständig entleert, vergrößern sich und können platzen.

Die Aufnahmefähigkeit der Lungenoberfläche verringert sich, so dass die Atmung beschleunigt werden muss, um den Körper mit genügend Sauerstoff zu versorgen. Im Endstadium wird jeder Atemzug zur Qual.

Im Tabakrauch sind rund 40 krebserregende Stoffe enthalten, die beim Rauchen inhaliert werden und in die Lunge gelangen. Dort schädigen sie das Lungengewebe.

Geringe Zellschäden kann der Körper selbst beheben. Bei stärkerem Rauchen aber überfordern die Zellschäden die körpereigenen Reparatursysteme und es kommt zu Krebswucherungen. In bis zu 95 % der Fälle lässt sich Lungenkrebs auf die Schädigung der Lunge durch Rauchenzurückführen.

Oralbereich

Tabakrauch verfärbt die Zähne und trägt zur Entzündung und Zerstörung des Kieferknochens bei, schädigt Zahnfleisch und Zähne und verdoppelt das Risiko des Zahnausfalls.

Außerdem führt Rauchen zu Krebserkrankungen in Mundhöhle und Rachen, so z. B. zum besonders schmerzhaften Zungen- und Kehlkopfkrebs.