

# Rauchentwöhnung – ein Update

## Smoking Cessation – an Update

ACCEPTED: November 2017

PUBLISHED ONLINE: December 2017

DOI: 10.5960/dzsm.2017.307

Gohlke H. Smoking cessation – an update. Dtsch Z Sportmed. 2017; 68: 281-286.

1. DEUTSCHE HERZSTIFTUNG E.V.,  
Frankfurt/Main, Germany

### Datenbasis erzwingt Notwendigkeit für Rauchentwöhnung

Ziel dieser Übersicht ist es, Ärzte und auch Politiker über die enormen gesundheitlichen und volkswirtschaftlichen Folgen des Rauchens sowie über die Möglichkeiten aber auch die bestehenden gesetzlichen Einschränkungen der Rauchentwöhnung (RE) zu informieren. Rauchen ist die auch durch das Gesundheitsministerium anerkannte wichtigste Ursache für vermeidbare Erkrankungen und vorzeitigen Tod.

In Deutschland sind mehr als 120 000 Todesfälle pro Jahr durch das Tabakrauchen bedingt. Den durch den Tabakkonsum verursachten volkswirtschaftlichen Schäden in Höhe von 79 Milliarden Euro pro Jahr stehen Steuereinnahmen von 14 Milliarden gegenüber. Siebzig Prozent der Raucher würden gerne den Tabakkonsum beenden, aber nur drei Prozent pro Jahr schaffen es ohne Hilfe. Die Aufgabe des Rauchens im Alter von 60, 50, 40 bzw. 30 Jahren würde im Vergleich zu persistierendem Rauchen zu einem Gewinn an Lebenserwartung von jeweils drei, sechs, neun bzw. zehn Jahren führen.

### Hindernisse für wirksame Rauchentwöhnung

Ein strukturiertes zertifiziertes Curriculum zur RE bei Tabakabhängigkeit ist seit 2008 verfügbar mit internetbasierten Lerneinheiten in Kombination mit einer 2-tägigen Beratung in Gruppen. Die ärztliche Unterstützung der RE ist eine unter volkswirtschaftlichen Gesichtspunkten höchst kosteneffektive Maßnahme, sie wird aber trotz des starken gesundheitlichen Nutzens nicht ausreichend in das Management des rauchenden Patienten eingebunden und auch nicht ausreichend durch die Krankenkassen unterstützt.

Die Dauer der Raucheranamnese, die Anzahl der täglich gerauchten Zigaretten, die Motivation des Rauchers, die Dauer und Intensität der Intervention sowie eine medikamentöse Unterstützung sind wichtige Faktoren, die den Erfolg der RE bestimmen.

### Medikamentöse Unterstützung ist wirksam

Drei Medikamentengruppen mit unterschiedlichen Ansatzpunkten können zur Unterstützung der RE durch Verminderung der Entzugssymptome eingesetzt werden: Die Nikotin-Ersatztherapie z. B. durch Pflaster ersetzt das Nikotin der Tabakprodukte, Bupropion vermindert die Entzugssymptome, während Vareniclin als ein partieller Nikotin-Agonist wirkt. Obwohl eine medikamentöse Unterstützung den Erfolg der RE signifikant unterstützt, ist die Vergütung für Medikamente den Krankenkassen durch §34 SGB V untersagt.

### Gesetzgebung entspricht nicht aktuellem wissenschaftlichem Kenntnisstand

Entgegen weltweiten wissenschaftlichen Erkenntnissen, wird vom Gesetzgeber das Rauchen in jeder Intensität als „Lebensstil“ definiert. Neben der RE hätte die Primärprävention des Rauchens eine günstige Wirkung auf das Rauchverhalten in der Bevölkerung. Eine deutliche Erhöhung der Tabaksteuer ist die wirksamste Maßnahme, um die Aufnahme des Rauchens bei Jugendlichen zu vermindern, die besonders durch eine Tabakabhängigkeit gefährdet sind (Abb. 1).



Article incorporates the Creative Commons Attribution – Non Commercial License. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



QR-Code scannen und Artikel online lesen.

#### KORRESPONDENZADRESSE:

Prof. Dr. Helmut Gohlke  
Vorstand Deutsche Herzstiftung e.V.  
Neue Kirchstr. 22  
79282 Ballrechten-Dottingen  
✉: redaktion@zeitschrift-sportmedizin.de

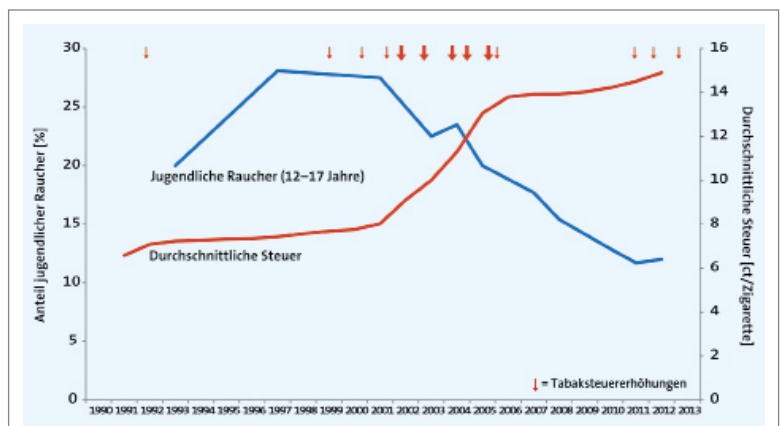


Abbildung 1

Prozentsatz der RaucherInnen bei 12-17 jährigen Jungen und Mädchen in Deutschland in Abhängigkeit von der durchschnittlichen Tabaksteuer pro Zigarette im Verlauf von 1993 bis 2012. Mit Erlaubnis von Ref.35; Quelle: Statistisches Bundesamt 1991-2013; Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung 2013.