

Dr. Helmut Brath

Diabetesambulanz

Gesundheitszentrum Süd, Wien

Rauchen und Diabetes



Mini Med Studium, Wien, 18. 6. 2009

Inhalt

 Rauchen und Diabetesentstehung

 Rauchen und Diabetesverlauf

 Passivrauchen

 Rauchen und Gewicht

 Rauchstopp

1. Rauchen und Diabetesentstehung

Rauchen → Diabetes



Raucher haben ein 3.27 fach erhöhtes Risiko, einen Typ 2 Diabetes zu entwickeln, bes. wenn früh zu Rauchen begonnen wird¹



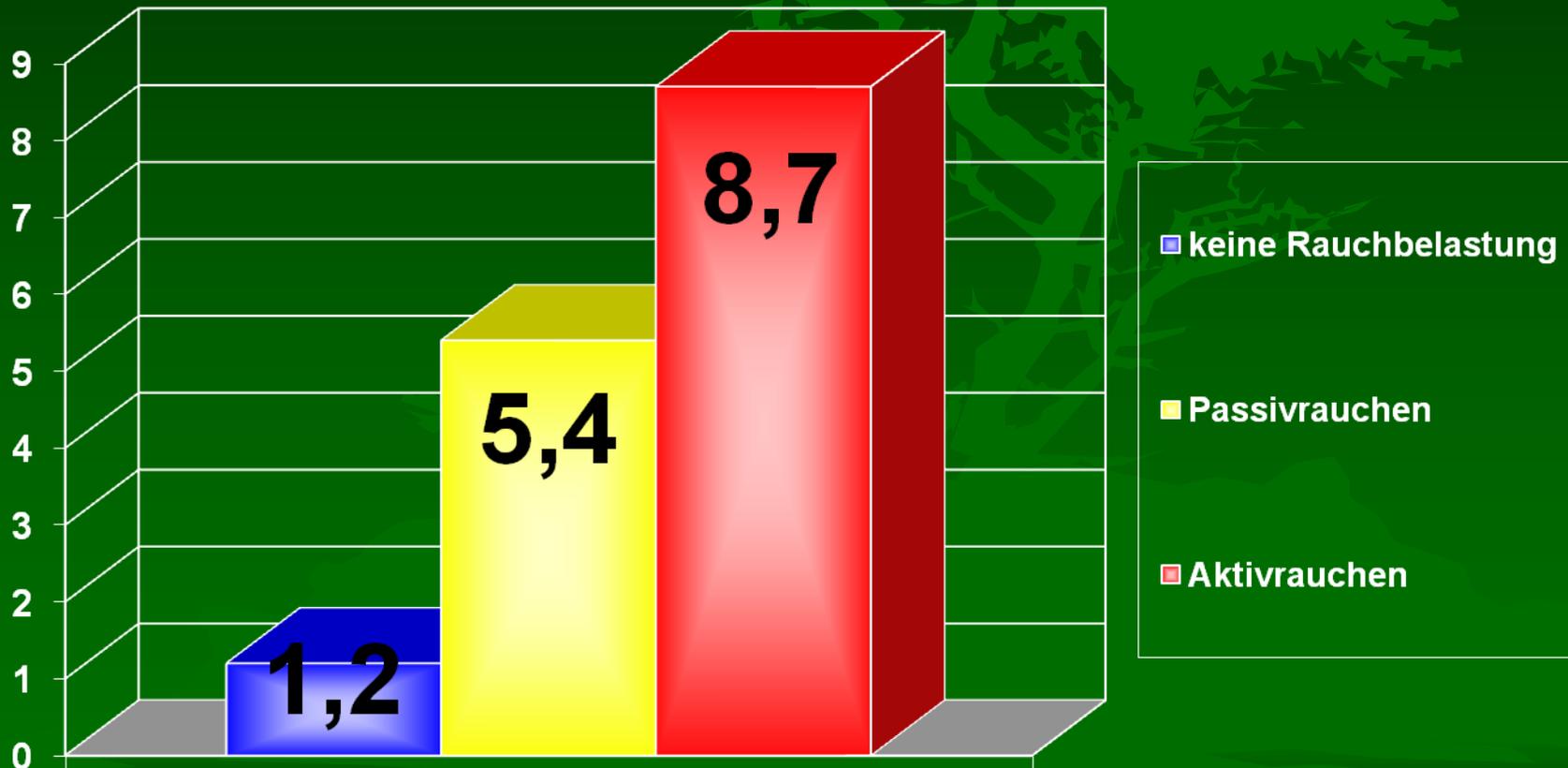
Frauen, Jüngere und familiär vorbelastete besonders gefährdet²

1. Kawakami et al, Am J Epid 1997

2. Sairenchi et al, Am J Epidemiol. 2004 Jul 15;160(2):158-62

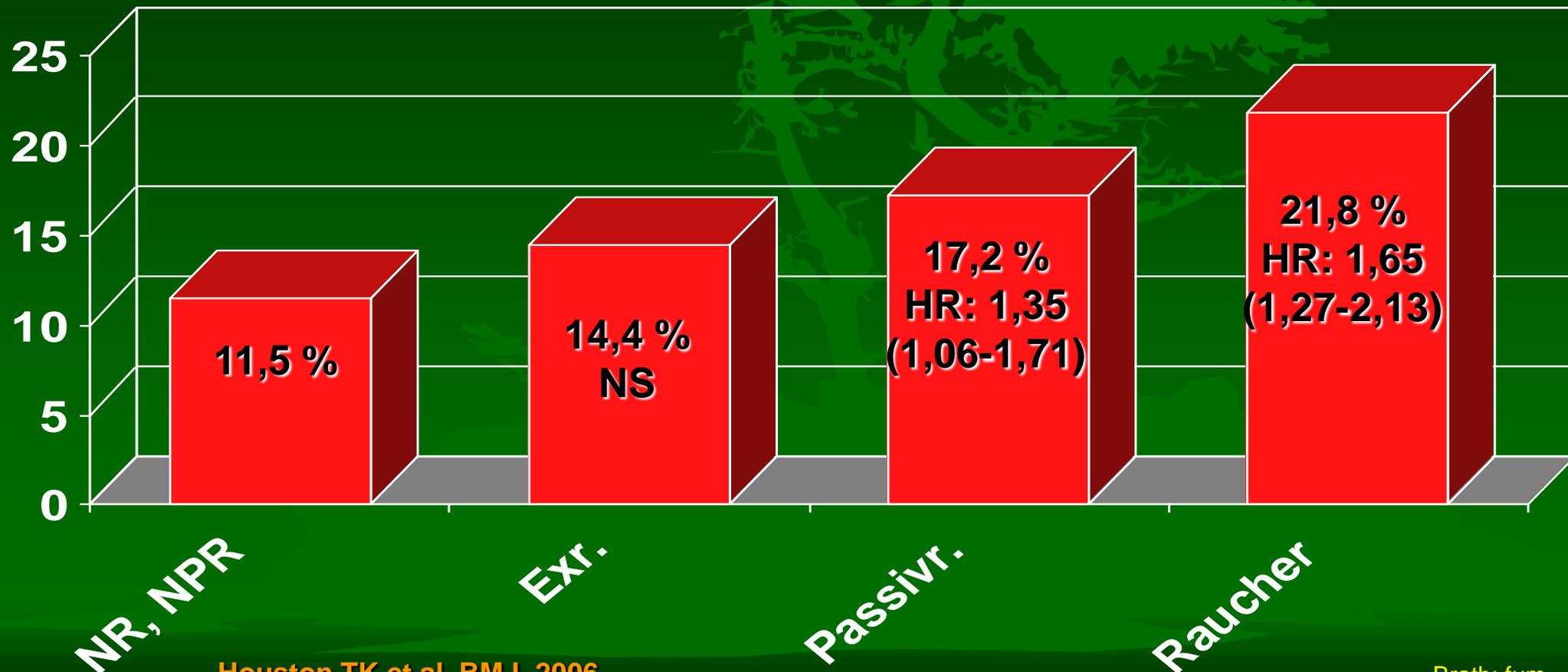
Tabakrauch & Metabol. Syndrom bei Jugendlichen

2273 Jgdl., 12 – 19 a, Cotinin, self-Report, Umweltanamnese
MS It. NCEP III: Ø 5,6 %



Aktiv- u. Passivrauchen bei jungen Erwachsenen: Glukosetoleranz

Prospektiv aus CARDIA-Studie, n = 4742, Alter zu Inklusion: 18 – 30 a
Inzidenz v. Glukoseintoleranz innerhalb v. 15 a
HR adjustiert auf biolog., Verhaltens- und soziodemograph. Faktoren



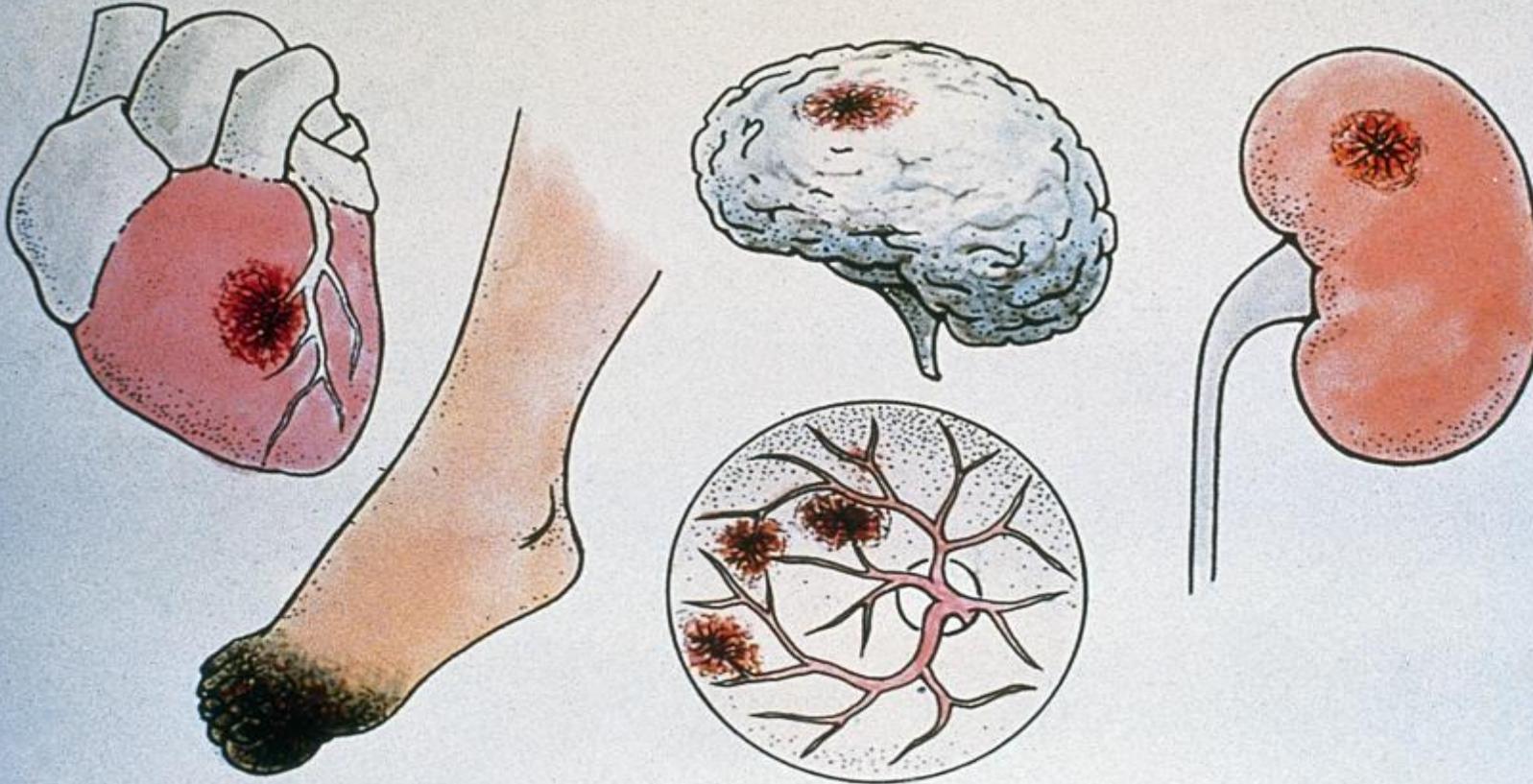
Insulinresistenzsyndrom



1: Yusuf et al, Interheart-study, Lancet 2004; 2: Zandi-Nejad et al, Hypertension 2006

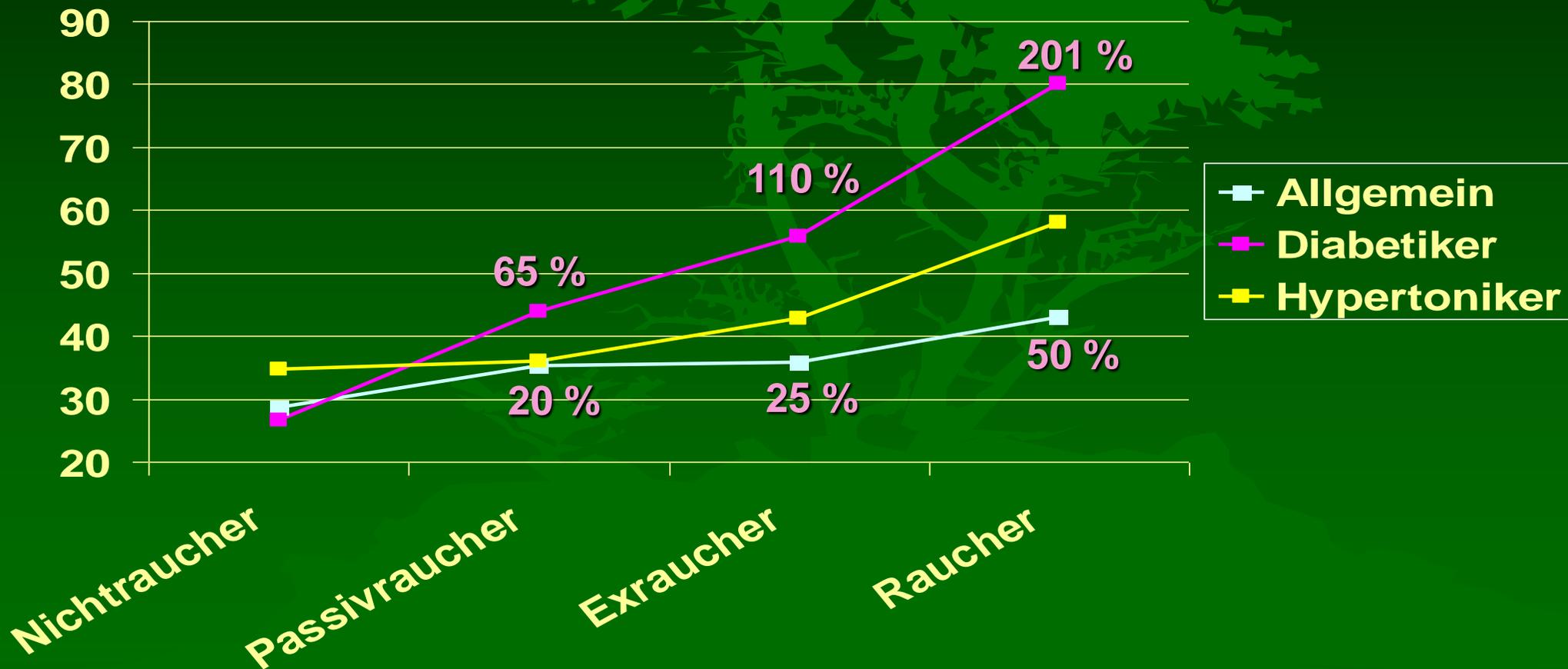
2. **Rauchen und Diabetesverlauf**

Diabeteskomplikationen



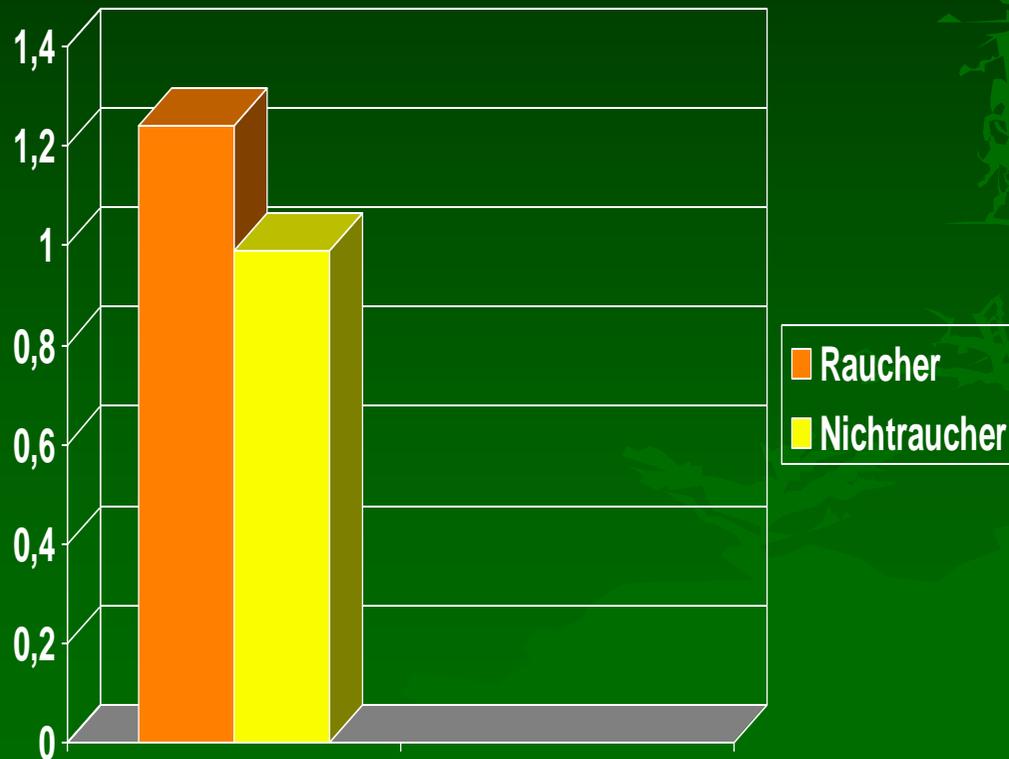
Fortschreiten der Arterienverkalkung

Beobachtung über 3 Jahre, Messung der Gefäßwanddicke („Intima-Media-Dicke) der Halsschlagader, in μm

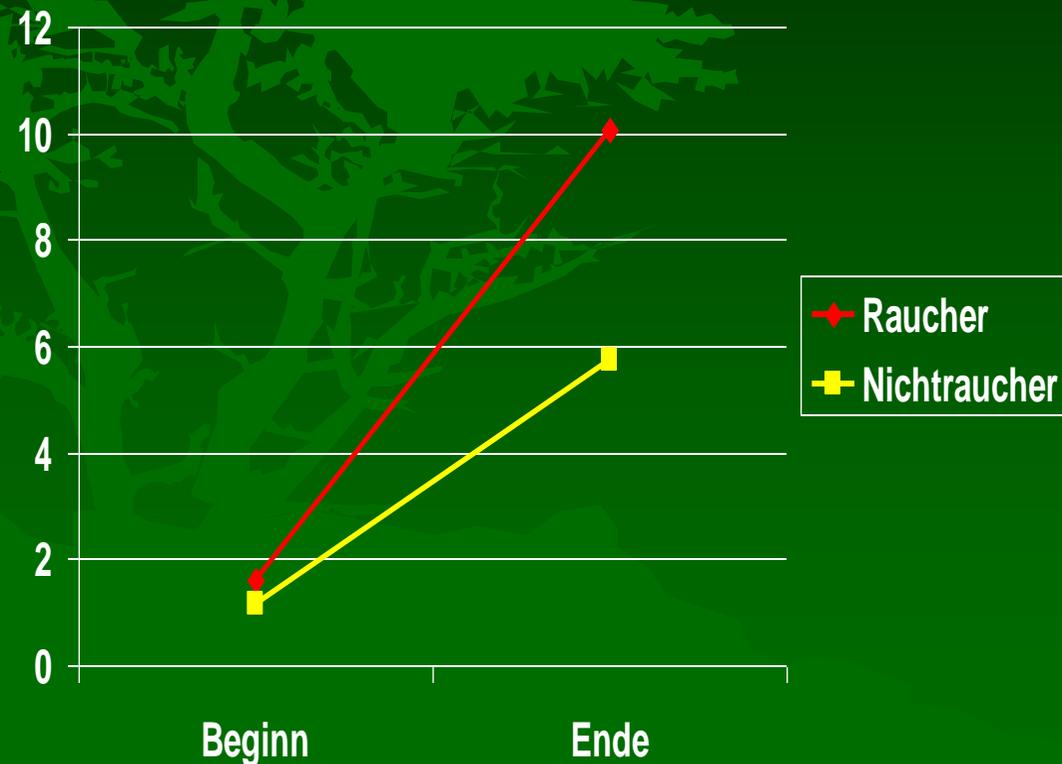


Einfluß von Zigarettenrauchen auf den Verlauf der diabet. Nierenschwäche

Abnahme der Nierenleistung
Creatininclearance (ml/min/Monat)



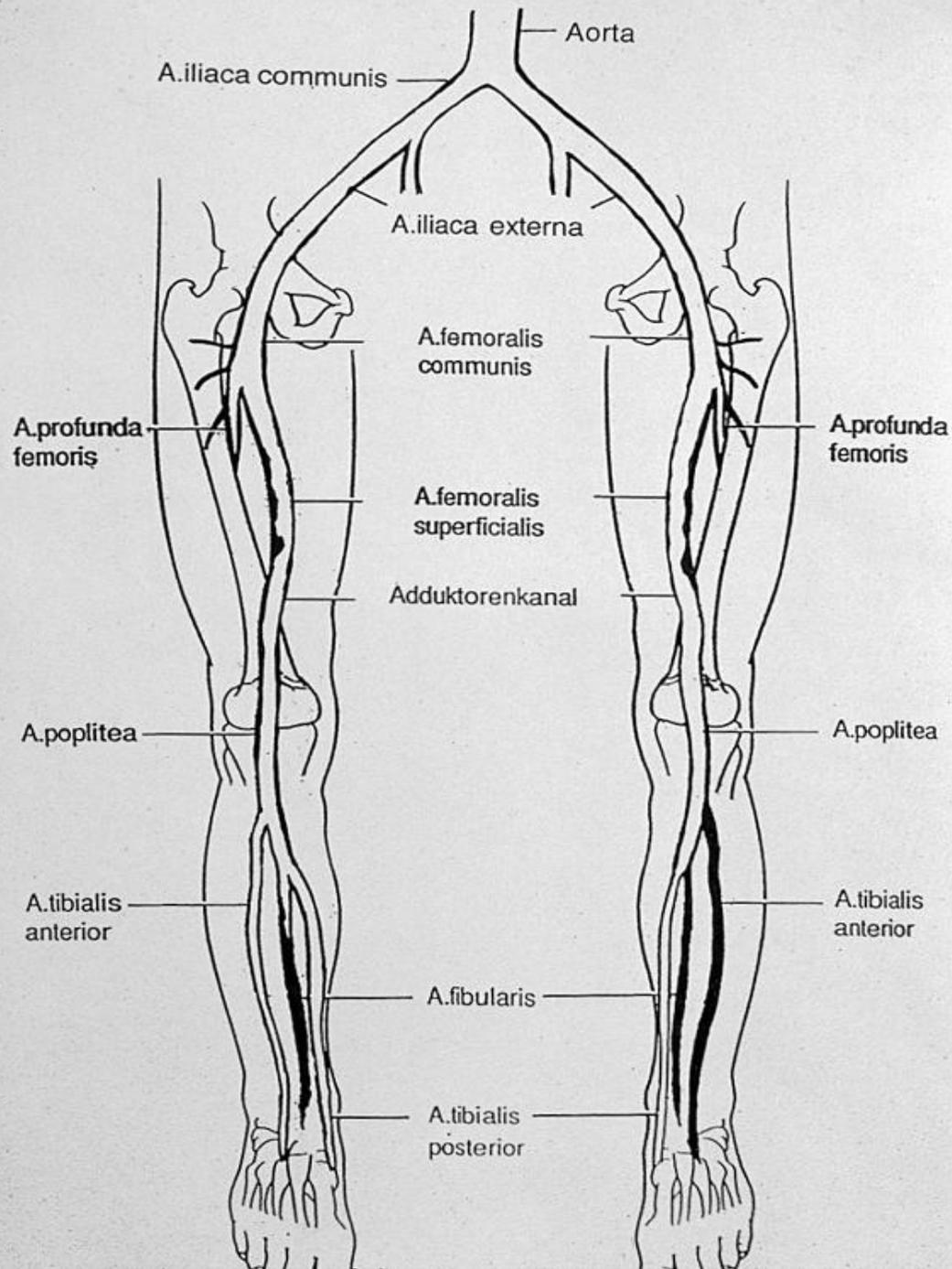
Eiweißausscheidung in der Niere (g/24 h)



„Raucherbein“

Beziehung zwischen
Rauchen und Arterienverkalkung:
präseniles spontanes Gangrän

(Buerger et al, Am J Med Sci 1908)





Hauptrisikofaktoren für Herzkrankheiten durch Diabetes

- LDL - Cholesterin
- Diastolischer Blutdruck
- Rauchen
- HDL - Cholesterin
- HbA_{1c}

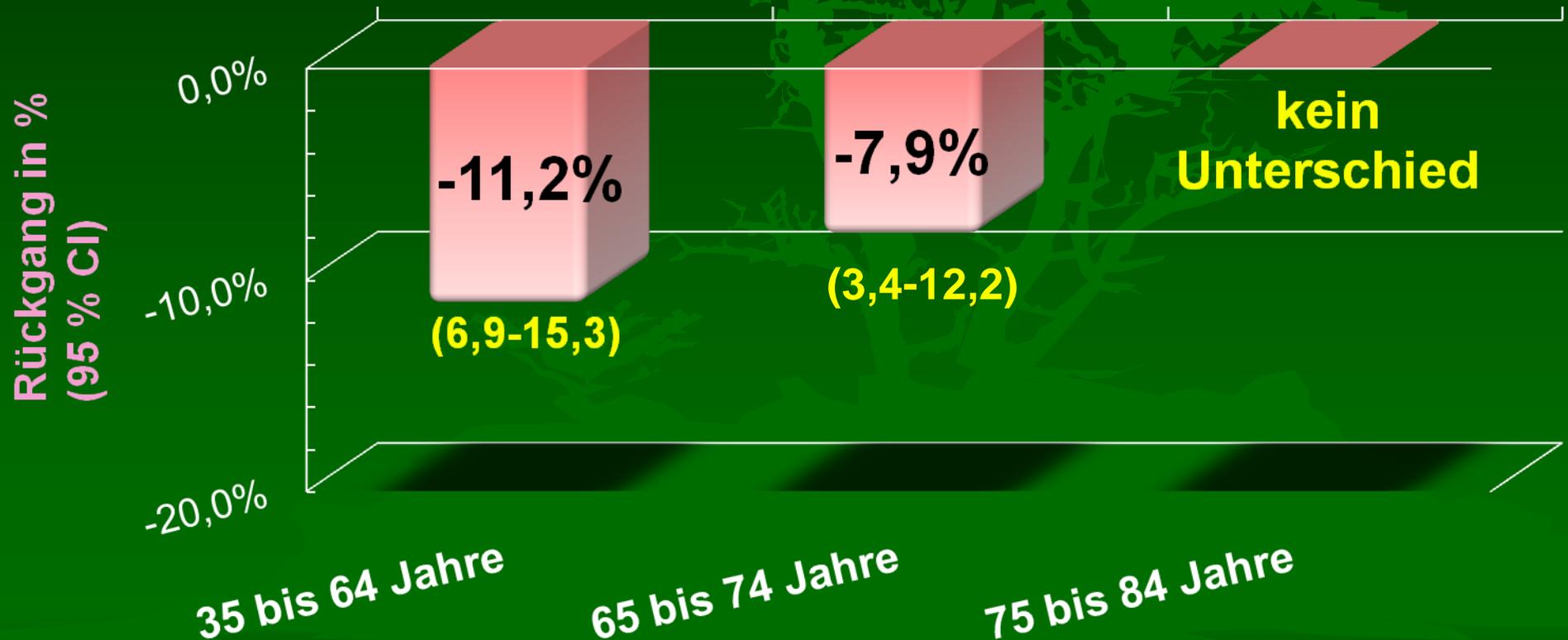


3.
Passivrauchen

Rauchverbot in Italien & koronare Ereignisse

Rom: Todesfälle und Zuweisungen in Krankenhäusern
wg. Herzinfarkt u. instabiler Angina Pectoris;

Vergleich 2000 – 2004 (vor Rauchverbot) vs. nach 2005, Alter: 35 bis 84 a
Adjust. auf Temperatur, Luftverschmutzung, Grippeepidemien, zeitl. Trends (Herzkrankheiten, Rauchen)



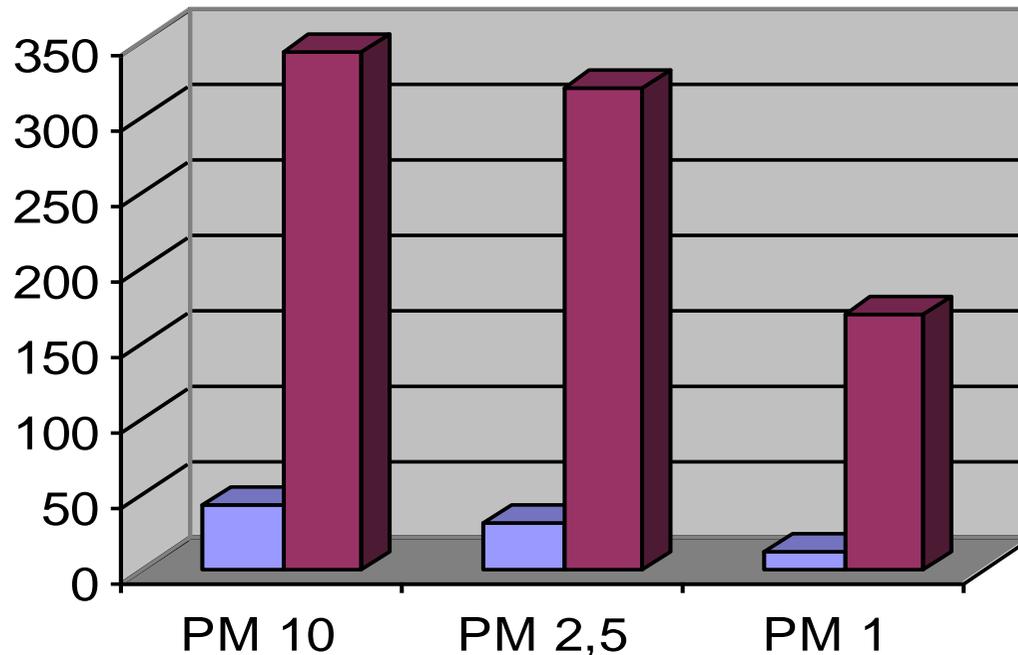
Feinstaub

Dieselmotor: 30min, Leerlauf, 760 upm

Zigaretten: 3 Standardzigaretten verglimmen über 30min

Garage: 60m³

**Feinstaubkonzentration in Garage; 30min
laufender Dieselmotor vs. 3 Zig**



„Tabakrauch in Innenräumen
ist keine Belästigung,
sondern eine
Gesundheitsgefährdung mit
Todesfolgen.“

Deutsches Krebsforschungszentrum 2005

4. Rauchen und Gewicht

Gewicht ↑ bei Rauchentwöhnung

-  höchstes Risiko: erste 2 Jahre
-  durchschnittl. 5 -6 kg Zunahme
-  Permanenz der Zunahme: unterschiedliche Daten
-  günstiger Einfluß:
 - körperl. Aktivität
 - höheres Alter
 - höherer BMI zu Beginn
 - geringere Anzahl Zig/d

Aber.....

21.828 Männer u. Frauen, 45 – 79 a, Norfolk, UK



Verhältnis Bauch/Hüftumfang: am höchsten bei aktuellen Rauchern, am tiefsten bei Nie-Rauchern



Bauch/Hüftumfang: direkt assoziiert mit Anzahl der im Leben gerauchten Zigaretten (auch wenn bereits aufgehört)



Bauch/Hüftumfang: negativ assoziiert mit Zeit seit Rauchstopp

Cigarette Smoking and the Metabolic Syndrome

Serena Tonstad, MD, MPH, PhD

Department of Preventive Cardiology • Ullevål University Hospital • Oslo, Norway

HOW MUCH WEIGHT GAIN OFFSETS THE BENEFITS OF SMOKING CESSATION?

An increase of BMI of 15.8 kg/m² units is required to offset the detrimental effect of smoking in women (eg, a weight increase of 42 kg for a woman who is 163 cm tall) and an increase of 15.9 kg/m² units for men (based on 21 observational studies).¹²





**5.
Rauchstopp**

Faktoren, die das Aufhören erschweren und Hilfsmaßnahmen



Körperliche Abhängigkeit von Nikotin

Medikamente: Nikotinersatztherapie
Bupropion (Zyban®)
Varenicline (Champix®)



Gewohnheit

Verhaltensänderungen



Psychische Faktoren

Problemlösungsstrategien, Belohnungen,
Antidepressiva



Soziale Faktoren

Partner, Arbeitsplatz

Nikotinersatztherapie



Inhalator



Kaugummi



Nasenspray

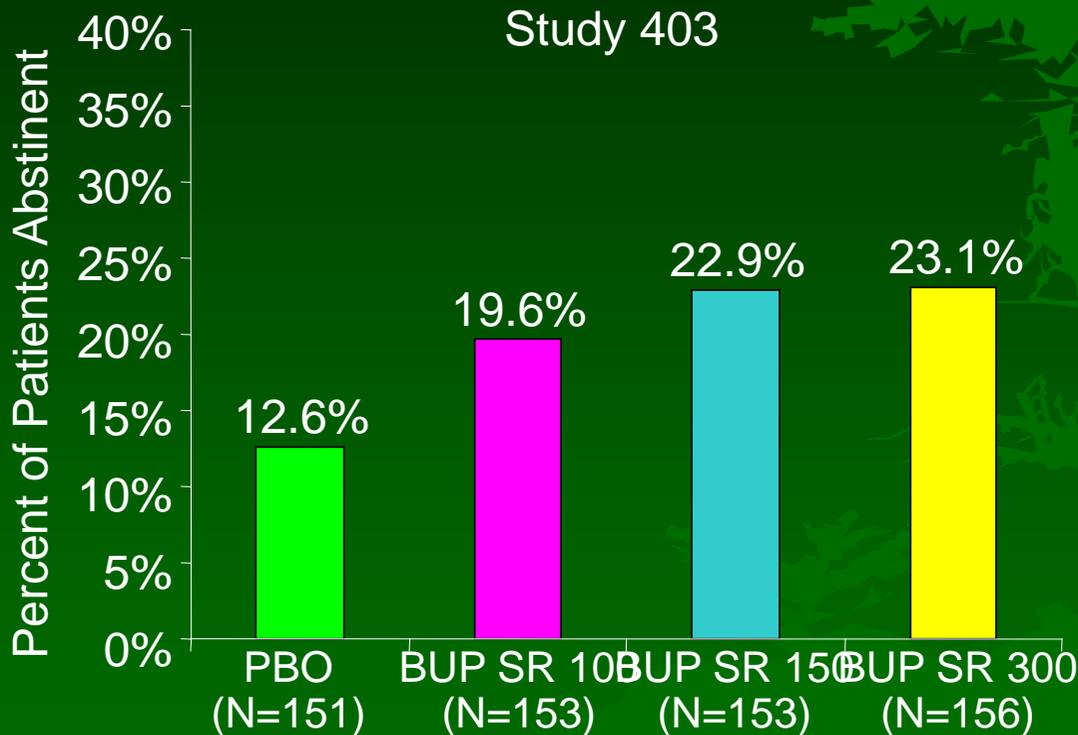


Pflaster

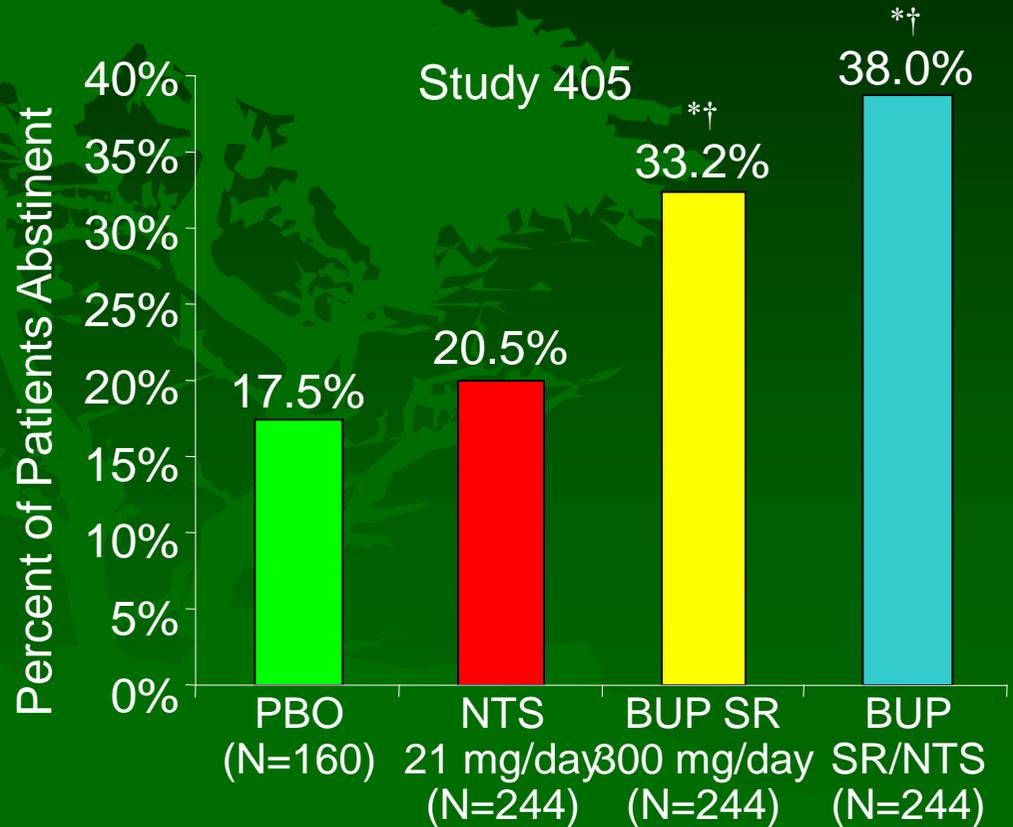


Sublingualtablette

Zyban[®] : Abstinenz nach 1 Jahr



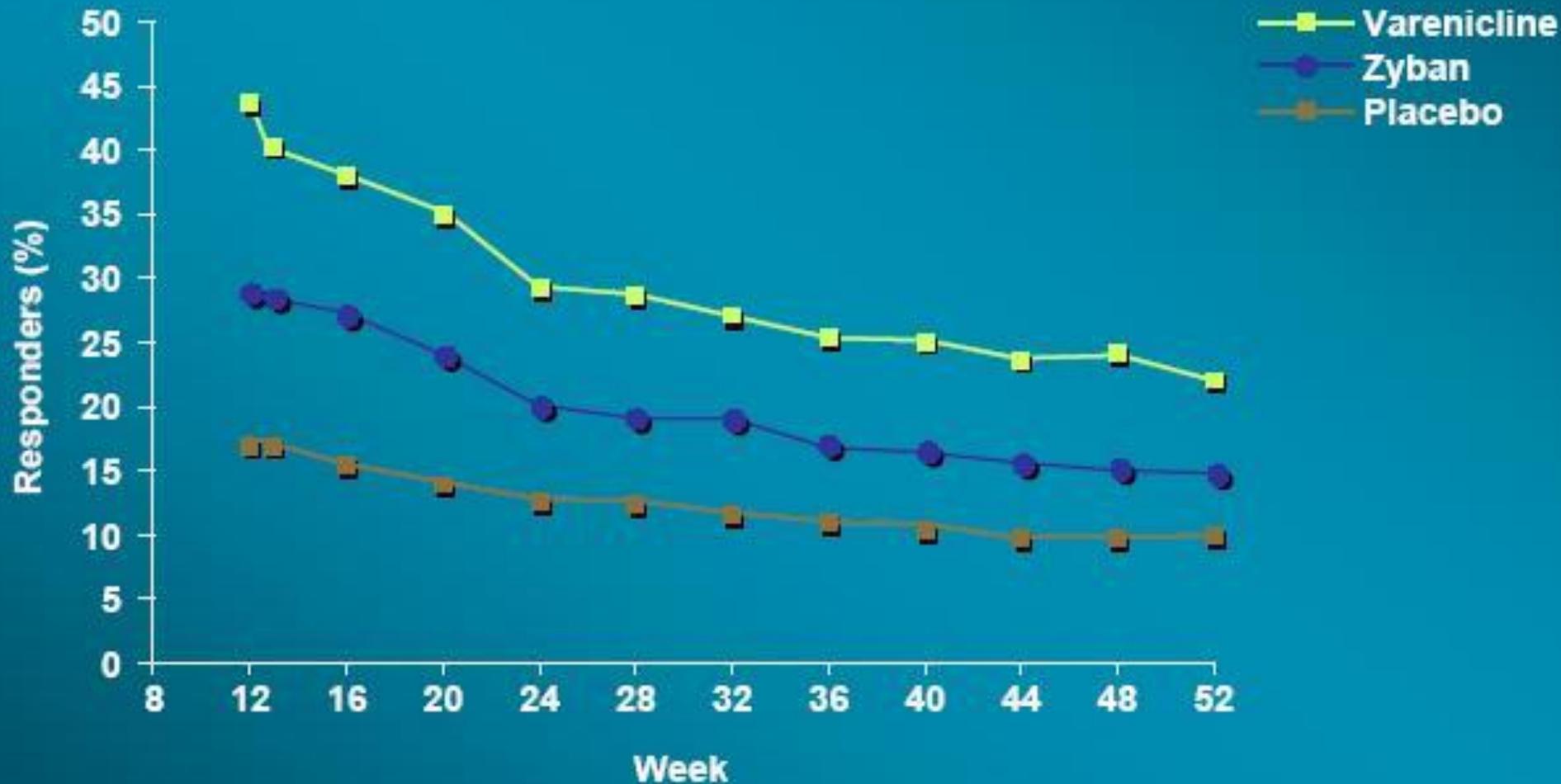
R. Hurt et al., NEJM 1997



D. Jorenby et al., NEJM 1999

* $P < .05$ vs. Placebo
 † $P < .05$ vs. NTS

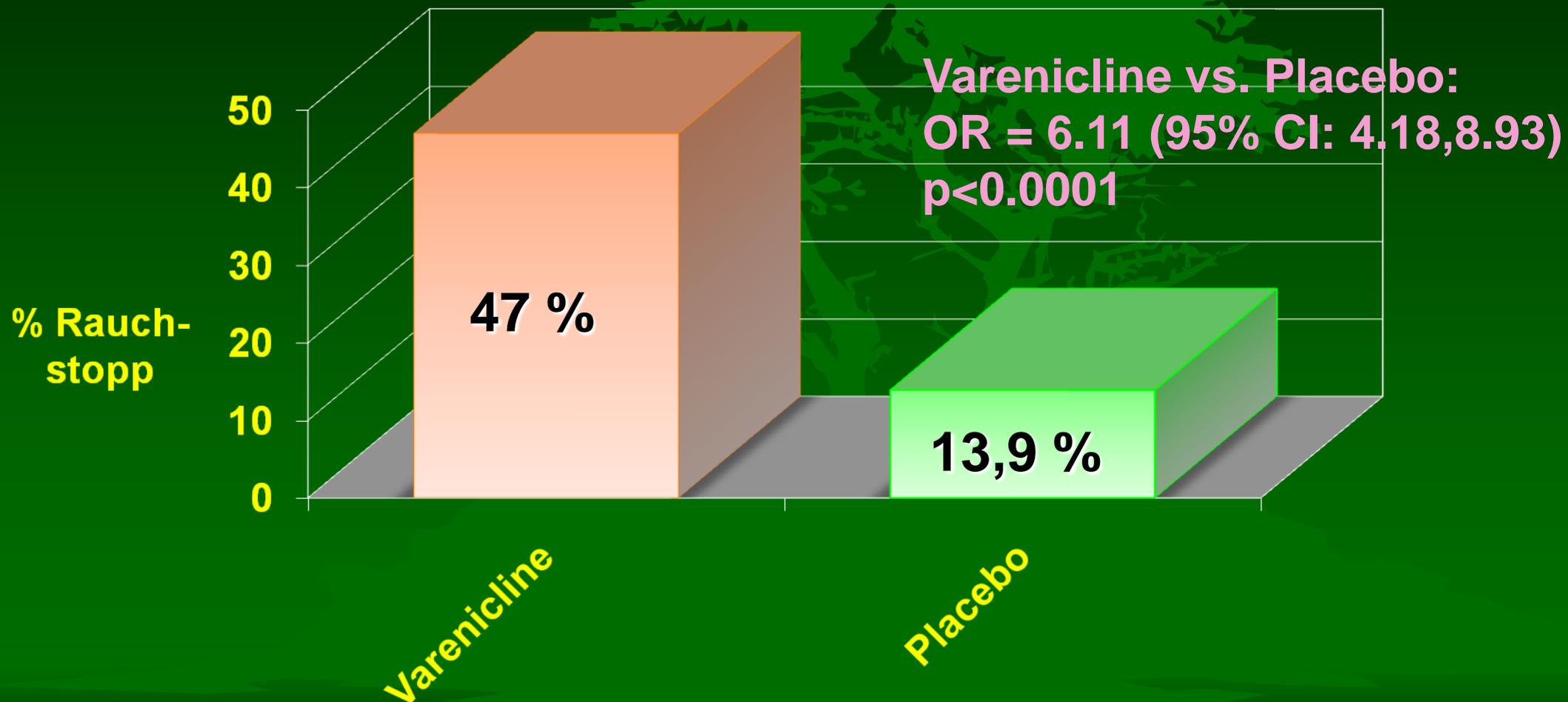
Champix® und Zyban® im Vergleich



Champix® bei Herzkranken Menschen

CO-bestätigter kontinuierlicher Rauchstopp Wo. 9 – 12

N = 714





6.
Zusammenfassung

Österreichisches Rauchertelefon...



Willkommen beim österreichischen
Rauchertelefon!



Beratungstelefon: 0810 810 013

Mo bis Fr, 13:00-18:00 Uhr
(max. € 0,10/min)

Homepage & Forum:

www.rauchertelefon.at

Email: info@rauchertelefon.at

Rauchen, Gewicht und Bewegung entscheiden über spätere Erkrankungen und Behinderungen. Personen mit besserem Gesundheitsverhalten leben nicht nur länger, sondern erhalten ihre Lebensqualität (auch prozentuell) länger.

