



## Gesundheitsgefahr Passivrauchen

Zum Leben brauchen wir Luft. Gift in der Luft macht krank – oft tückisch, lange unbemerkt und schleichend.

Jeder Mensch atmet täglich mindestens 10.000 Liter Luft ein und aus und damit auch alle Verunreinigungen in der Luft. Der bedeutendste und gefährlichste Innenraumschadstoff stellt der Tabakrauch dar. Der Tabakrauch enthält etwa 4800 unterschiedliche giftige Stoffe. Davon sind mehr als 70 Substanzen, die Krebs auslösen oder in Verdacht stehen Krebs zu erzeugen. Die Aufnahme von Tabakrauch aus der umgebenden Raumluft wird als Passivrauchen definiert.

### Was enthält Passivrauch?

Auszug:

<b>Feinstaub</b>	Reizpartikel, die bis in die feinsten Lungenbläschen gelangen
<b>Polonium 210</b>	Krebs erregendes, radioaktives Schwermetall
<b>Dioxine</b>	Krebs erregendes, Erbgut und das ungeborene Kind schädigendes Gift
<b>Kohlenmonoxid</b>	Atemgift, das den lebensnotwendigen Sauerstoff verdrängt (3-mal mehr als im Rauch, den der Raucher inhaliert)
<b>Stickoxid</b>	Reizgas
<b>Ammoniak</b>	Reizgas
<b>Trockenkondensat</b>	Krebs erregender «Teer»
<b>Formaldehyd</b>	Schleimhaut reizendes, Krebs erregendes Gas (50-mal mehr als im Rauch, den der Raucher inhaliert)
<b>Cadmium</b>	Krebs erregendes Metall (bis 7-mal mehr als im Rauch, den der Raucher inhaliert)
<b>Nitrosamine</b>	Krebs erregender Stoff (400-mal mehr als im Rauch, den der Raucher inhaliert)
<b>Freie Radikale</b>	Molekülteile, die den Alterungsprozess beschleunigen, lebenswichtige Substanzen im Körper zerstören und damit Krebserkrankungen begünstigen
<b>Nikotin</b>	Nervengift



Der Rauch einer Zigarette wird unterteilt in **Haupt- und Nebenstromrauch**. Beide Formen setzen sich aus den gleichen Inhaltstoffen zusammen, allerdings in unterschiedlichen Konzentrationen. Der Hauptstromrauch entsteht beim Zug an der Zigarette und wird direkt vom Raucher eingeatmet. Der Nebenstromrauch entsteht während der gesamten Zeit des Abglimmens der Zigarette. Er entsteht bei ca. 500 Grad Celsius und beinhaltet mehr Giftstoffe und krebserregende Stoffe als der Hauptstromrauch, der bei einer Temperatur 950 Grad Celsius entsteht. Viele der Giftstoffe wie z. B. Kohlenmonoxid, Cadmium und Blei kommen in höherer Konzentration im Nebenstromrauch vor. Außerdem sind die Feinstaubpartikel kleiner als die des Hauptstromrauches und können somit leichter in die Lungenbläschen eindringen und sich dort ablagern. Passivrauch besteht zu 85 % aus Nebenstromrauch und zu 15 % aus ausgeatmetem Hauptstromrauch. Flüchtige Bestandteile wie Formaldehyd und das krebserregende Dimethylnitrosamin sind im Nebenstromrauch bedenklich hoch. Es können davon höhere Konzentrationen eingeatmet werden als über die direkte Inhalation einer Zigarette. Auch „kalter“ Tabakrauch gefährdet die Gesundheit. Tabakfeinstaubpartikel lagern sich an Wänden, Decken, Böden und Gegenständen ab und werden von dort abgegeben.

## Opfer des Passivrauchens in Deutschland

Über 170 000 Neugeborene jährlich werden bereits im Mutterleib den Schadstoffen des Tabakrauchs ausgesetzt. Schätzungsweise über acht Millionen Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren leben in einem Haushalt mit mindestens einem Raucher. Mehr als 35 Millionen Erwachsene werden zu Hause, am Arbeitsplatz oder in ihrer Freizeit durch Passivrauch mit Schadstoffen belastet und somit gesundheitlich gefährdet. Passivraucher erleiden – wenn auch in geringerem Ausmaß und geringerer Häufigkeit – die gleichen akuten und chronischen Gesundheitsschäden wie Raucher.

## Gesundheitliche Folgeschäden

Für folgende Krankheiten und Beschwerdebilder ist ein ursächlicher Zusammenhang zum Passivrauchen nachgewiesen:

### *Entwicklungsstörungen bei Kindern*

- verzögertes Wachstum des Ungeborenen
- geringeres Geburtsgewicht
- plötzlicher Säuglingstod (SIDS)



### *Atemwegserkrankungen und Atemwegsbeschwerden*

- Asthma (Entstehung und Verschlimmerung)
- Lungenentzündung (Entstehung und Verschlimmerung)
- Bronchitis (Entstehung und Verschlimmerung)
- Chronisch-obstruktive Lungenerkrankungen
- Mittelohrentzündung bei Kindern
- Eingeschränkte Lungenfunktionswerte
- Kurzatmigkeit bei körperlicher Belastung
- Reizung der Nasen- und Augenschleimhäute
- Reizung der Bronchialschleimhaut mit Husten, pfeifender Atmung und Auswurf
- Verschlimmerung bestehender Lungenerkrankungen (z. B. Mukoviszidose)

### *Herz- und Gefäßerkrankungen*

- Koronare Herzkrankheit, insbesondere Herzinfarkt
- Schlaganfall
- Periphere arterielle Verschlusskrankheit

### *Krebserkrankungen*

- Lungenkrebs
- Gebärmutterhalskrebs (mutmaßlich)

### *Sonstige Beschwerdebilder*

- erhöhte Infektanfälligkeit
- Kopfschmerzen
- Schwindelanfälle
- Konzentrationsschwäche

Nach einer Studie des Deutschen Krebsforschungszentrums in Heidelberg von 2005 liegen für Deutschland erstmals Zahlen zu Passivrauchopfern vor. An den Folgen des Passivrauchens sterben in Deutschland jährlich schätzungsweise mehr als 3300 Nichtraucher. Das sind mehr Todesfälle als durch illegale Drogen, Asbest, BSE und SARS zusammen. Vermutlich sterben dadurch 2140 Nichtraucher jedes Jahr an einer koronaren Herzkrankheit, 770 Nichtraucher an Schlaganfall und 260 an Lungenkrebs.

### **Passivrauchen ist ein unterschätztes Gesundheitsrisiko!**

Quelle: dkfz Deutsches Krebsforschungszentrum, Rote Reihe Tabakprävention und Tabakkontrolle, Band 5