

Rauchentwöhnung: Was hilft während der Schwangerschaft?



Entwöhnungsprogramme können Schwangeren helfen, mit dem Rauchen aufzuhören. Eine Nikotinersatztherapie ist vermutlich für Schwangere nicht erfolgreicher als solche Programme. Die Wirkungen nikotinhaltiger Produkte auf das Ungeborene sind noch nicht gut genug erforscht.

Entwöhnungsprogramme können Schwangeren helfen, mit dem Rauchen aufzuhören. Eine Nikotinersatztherapie ist vermutlich für Schwangere nicht erfolgreicher als solche Programme. Die Wirkungen nikotinhaltiger Produkte auf das Ungeborene sind noch nicht gut genug erforscht.

Beim Rauchen gelangen Nikotin und andere schädliche Substanzen in den Körper, die in der Schwangerschaft die Sauerstoffversorgung des ungeborenen Kindes beeinträchtigen. Das bedeutet, dass Rauchen in der Schwangerschaft das Risiko erhöht, dass die Frau eine Fehlgeburt hat, das Kind zu früh auf die Welt kommt, zu klein ist oder zu wenig wiegt. Bei diesen Kindern kommen sehr ernsthafte Lungenkomplikationen und andere lebensbedrohliche Probleme häufiger vor. Mehr über die mit einer Frühgeburt verbundenen Probleme können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/fruehgeburt.440.56.html>) lesen.

Während der Schwangerschaft hören mehr Frauen mit dem Rauchen auf als in anderen Lebensphasen. Etwa 4 von 10 Schwangeren (40 %) greifen bereits vor der ersten Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung nicht mehr zur Zigarette. Aber auch wenn schwangere Frauen oft hoch motiviert sind, das Rauchen aufzugeben, kann es sehr schwierig sein, dieses Ziel zu erreichen, und die Mehrheit braucht Unterstützung. Auch für Schwangere werden deshalb unterschiedliche Programme angeboten, die sie beim Aufhören unterstützen sollen. Solche Programme beinhalten unter anderem Aufklärung, Beratung oder Gruppengespräche.

Forschung zur Rauchentwöhnung in der Schwangerschaft: Unterstützung kann helfen

Um Vor- und Nachteile unterschiedlicher Programme zur Raucherentwöhnung abwägen zu können, haben sich Forscherinnen der Cochrane Collaboration auf die Suche nach geeigneten Studien gemacht und diese ausgewertet. Die Cochrane Collaboration ist ein internationales Forschungsnetzwerk, das Studien zum Nutzen medizinischer Maßnahmen systematisch aufbereitet. Wenn es um die Wirkungen einer Behandlung geht, sind sogenannte randomisierte kontrollierte Studien am aussagekräftigsten. Wieso das so ist, können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/gepruefte-medizin.61.html>) nachlesen.

Die Cochrane-Wissenschaftlerinnen fanden 72 Studien zu unterschiedlichen Rauchentwöhnungsprogrammen mit

mehr als 25.000 schwangeren Teilnehmerinnen. Die Cochrane-Analyse zeigt, dass unterschiedliche Entwöhnungsprogramme Schwangeren helfen können, mit dem Rauchen aufzuhören. Studien mit über 10.000 Frauen lieferten Daten, die sich gemeinsam statistisch auswerten ließen. Diese Berechnungen zeigten, dass ohne ein Programm oder eine Nikotinersatztherapie fast 90 von 100 Frauen (90 %) während der Schwangerschaft wieder mit dem Rauchen begonnen haben. Von 100 Frauen, die an einem Entwöhnungsprogramm teilnahmen, haben hingegen 86 wieder zur Zigarette gegriffen. Anders ausgedrückt: Mit den Unterstützungsprogrammen lag die zusätzliche Erfolgsrate bei etwa 4 von 100 Frauen (4 %).

Eine wichtige Schlussfolgerung der Cochrane-Wissenschaftlerinnen ist außerdem, dass Kinder von Schwangeren, die an einem Entwöhnungsprogramm teilnahmen, seltener zu früh oder unterentwickelt auf die Welt kamen.

Nikotinersatztherapie in der Schwangerschaft: Mehr Forschung ist nötig

Bei einer Nikotinersatztherapie werden Produkte wie Nikotinpflaster oder -kaugummis verwendet. Mehr darüber können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/nl.311.220.html>) lesen. Dabei führt man dem Körper im Allgemeinen weniger Nikotin zu als beim Rauchen. Wie bei allen Medikamenten, die man in der Schwangerschaft einnimmt, gilt jedoch auch hier, dass die Sicherheit des ungeborenen Babys berücksichtigt werden muss. Die Cochrane-Wissenschaftlerinnen berichteten, dass manche Studien Anzeichen dafür lieferten, dass eine Nikotinersatztherapie manchen Ungeborenen schaden könnte. Sie folgerten daraus, dass mehr Forschung zu der Sicherheit von Nikotinersatztherapien in der Schwangerschaft nötig ist, besonders weil andere Entwöhnungsprogramme bei Schwangeren genauso wirksam zu sein scheinen. Zwar verglich keine Studie eine Nikotinersatztherapie direkt mit einem anderen Entwöhnungsprogramm, aber die Studien zur Nikotinersatztherapie zeigten keine höheren Erfolgsraten als die zu Entwöhnungsprogrammen ohne den Einsatz von Medikamenten.

Mehr Informationen zu unterschiedlichen Methoden der Rauchentwöhnung können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/raucherentwoehnung.311>) finden.

*Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im
Gesundheitswesen (IQWiG)*

Glossar

Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet www.cochrane.de.

Quellen

Die IQWiG-Gesundheitsinformationen stützen sich auf Forschungsergebnisse aus der internationalen Literatur. Wir identifizieren die zuverlässigsten aktuell verfügbaren wissenschaftlichen Erkenntnisse, insbesondere aus sogenannten „systematischen Reviews“. Darin werden wissenschaftliche Studien zum Nutzen und Schaden von Behandlungen und anderen Maßnahmen der Gesundheitsversorgung zusammenfassend analysiert, sodass Fachleute und Betroffene deren Vor- und Nachteile abwägen können. Mehr Informationen dazu, wie systematische Reviews aufgebaut sind und warum sie die zuverlässigsten Belege liefern, finden Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/gepruefte-medizin.61.html>) . Außerdem bitten wir stets die Autorinnen und Autoren der zentralen systematischen Reviews, auf denen unsere Informationen beruhen, um ihre Unterstützung, um die medizinische und wissenschaftliche Korrektheit unserer Produkte sicherzustellen.

Lumley J, Chamberlain C, Dowswell T, Oliver S, Oakley L, Watson L. Interventions for promoting smoking cessation during pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2009, Issue 1. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://www.mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsysrev/articles/CD001055/frame.html>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.