

Rauchentwöhnung zahlt sich auch für Menschen mit  
COPD aus

## **Nikotinersatztherapie und Entwöhnungsprogramm können Rauchstopp erleichtern**

**Köln, den 15. April 2010.** Wenn man schon viele Jahre raucht, ist es nicht leicht, damit aufzuhören. Doch auch Menschen, die bereits eine chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) haben, profitieren von einem Rauchstopp: Sie können dadurch ihre Lebenserwartung deutlich erhöhen. Darauf weist das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) in seinen heute auf [Gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de) (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de>) veröffentlichten Informationen hin.

## **Eine COPD kann verschiedene Ursachen haben – doch rauchen ist die häufigste**

Bei einer chronisch obstruktiven Lungenerkrankung sind die Bronchien dauerhaft entzündet oder die Lungenbläschen teilweise zerstört. Es kann auch beides gleichzeitig der Fall sein. „Obstruktiv“ meint, dass die Atemwege verengt oder eingeengt sind. „Das anhaltende Abhusten von Schleim ist oft der erste Hinweis auf eine COPD“, erklärt Professor Dr. med. Peter Sawicki, der Leiter des IQWiG. „Wenn die Erkrankung fortschreitet, bekommt man nur noch schwer Luft und kann schon bei geringer körperlicher Anstrengung wie beim Treppensteigen außer Atem geraten.“ Auch wenn eine COPD verschiedene Ursachen haben kann, tritt sie meistens bei Menschen auf, die viele Jahre geraucht haben.

## **Rauchstopp erhöht bei Menschen mit COPD die Lebenserwartung**

Rauchen schadet der Lunge – das wissen die meisten. „Wenn jemand seit langem raucht, glaubt sie oder er aber manchmal, dass es schon zu spät ist, um damit aufzuhören“, so Sawicki. Doch das IQWiG hat jetzt Studien ausgewertet, die belegen, dass sich ein Rauchstopp auch für Menschen mit COPD lohnt: Eine große Studie aus den USA zeigt, dass die Lebenserwartung steigt, wenn man eine Nikotinersatztherapie mit einem Entwöhnungsprogramm kombiniert. Die Teilnehmenden der Studie verwendeten Nikotinkaugummis und lernten während des Entwöhnungsprogramms unter anderem verschiedene Möglichkeiten der Stressbewältigung kennen.

## **Rauchentwöhnung ist nicht leicht – kann aber gelingen**

„Ebenso wichtig ist, dass die Studie vor Augen führt, dass man es schaffen kann, dauerhaft rauchfrei zu werden“, sagt

der Leiter des IQWiG. Eine von fünf Personen, die an der Studie teilnahmen, griff auch fünf Jahre später noch nicht wieder zur Zigarette. Untersucht wurden Menschen mit einer COPD im Anfangsstadium. „Andere Studien deuten aber darauf hin, dass diese Mittel und Maßnahmen auch bei einer fortgeschrittenen COPD erfolgreich sein können“, so Sawicki abschließend.

Die IQWiG-Website [Gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de) (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de>) informiert die Bevölkerung allgemeinverständlich und aktuell über medizinische Entwicklungen und Forschungsergebnisse zu wichtigen gesundheitlichen Fragen. Wer über die neuesten Veröffentlichungen der unabhängigen Gesundheits-Website auf dem Laufenden sein möchte, kann den [Gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)-Newsletter (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/newsletter.69.html>) abonnieren.

Kontakt: [information@iqwig.de](mailto:information@iqwig.de) (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/mailto:information@iqwig.de>)

## Weiterführende Informationen:

Chronisch obstruktive Lungenerkrankung: Was hilft Menschen mit COPD rauchfrei zu werden? (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.636.ru.html>)

Rauchentwöhnung auf einen Blick (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.635.ru.html>)

## Glossar

### Bronchien

Wenn wir Luft einatmen, gelangt diese über die Luftröhre in die Lunge. Dort wird sie durch ein verzweigtes Netz aus immer feineren Atemwegen (Bronchien) bis zu den Lungenbläschen geführt. In den Lungenbläschen findet der Austausch von Sauerstoff und Kohlendioxyd statt.

### COPD

COPD ist die medizinische Abkürzung für den englischen Begriff "chronic obstructive pulmonary disease". Der deutsche Fachausdruck dafür ist "chronisch obstruktive Lungenerkrankung" (chronisch = dauerhaft, obstruktiv = verengt). Bei einer COPD sind die Atemwege also dauerhaft verengt und die Lunge geschädigt. Eine COPD ist kein Asthma - beide Erkrankungen können jedoch gleichzeitig vorliegen.

### Lungenbläschen

Wenn wir atmen, strömt die Luft durch den Kehlkopf hindurch und weiter in die Luftröhre. Diese gabelt sich in die zwei Hauptbronchien. Jede der Hauptbronchien verzweigt sich weiter in Bronchien und Bronchiolen. Am Ende der Bronchien und Bronchiolen befinden sich Anhäufungen von winzigen, luftgefüllten Bläschen, die Alveolen. Alveolen werden auch als Lungenbläschen bezeichnet.

## Quellen

## 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](http://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.