

HNO-Ärzte wollen Rauchern helfen

Nase voll vom blauen Dunst? Maßgeschneiderte Therapie soll das Aufhören erleichtern

Duisburg. Auf jeder Zigarettenschachtel steht es schwarz auf weiß: »Rauchen gefährdet die Gesundheit«. Trotzdem nehmen viele Raucher diese Warnung auf die leichte Schulter und frönen ungebrochen ihrer Sucht.

Eben weil es so schwer ist, die Finger davon zu lassen. Dabei liegen die Risiken auf der Hand: Zahlreiche Gesundheitsschäden stehen im Zusammenhang mit Tabakkonsum und führen oftmals zu tödlichen Krankheiten.

Ein neues, von HNO-Ärzten entwickeltes Programm hilft, die Kehrtwende zu schaffen – auch nach jahrelangem Rauchvergnügen. Gute Aussichten also für alle, die die Nase vom blauen Dunst voll haben.

Neben suchtauslösendem Nikotin enthält Tabakrauch mehr als 4000 Substanzen. Darunter viele Schadstoffe wie Kohlenmonoxid, Formaldehyd und un-

terschiedliche Schwermetalle. Sie schwächen das körpereigene Immunsystem und verursachen Schäden insbesondere an Organen, die mit ihnen direkt in Berührung kommen. Betroffen sind die oberen und unteren Atemwege wie Mundhöhle, Zunge, Rachen, Kehlkopf, Speiseröhre, Luftröhre, Bronchien und Lunge. »Beim Inhalieren des Rauchs wird das Gewebe gereizt. Auf Dauer führt dies zu seiner Schädigung«, erklärt HNO-Arzt Dr. Reinhard Spicker vom HNOet NRW. Typische Folgen: chronische Entzündungen, Raucherhusten oder Asthma. Darüber hinaus führt Tabakkonsum zu erhöhtem Krebsrisiko der Atemwege. Gute Gründe, mit dem Rauchen aufzuhören, gibt es also genug.

Zur Unterstützung aller interessierten Raucher hat die Ärztevereinigung HNOet NRW nun ein interaktives medizinisches Raucherentwöhnungsprogramm namens eQuit entwickelt. Es basiert auf aktuellen

Forschungsergebnissen und unterstützt Patienten mit maßgeschneiderten Therapieplänen während des schwierigen Prozesses. Mit Hilfe eines Kohlenmonoxid-Tests ermitteln HNO-Ärzte im Vorfeld den Abhängigkeitsgrad von Patienten und überprüfen ihre Motivation, mit dem Rauchen aufzuhören. So gewonnene Erkenntnisse dienen als Grundlage für individuelle Maßnahmen. Um das Rauchverlangen zu minimieren, reicht die Spanne von medikamentöser Unterstützung bis hin zu Akupunktur. Dr. Spicker hält viel von dem neuen Ansatz: »Genauere Analysen vor Therapiebeginn ermöglichen eine gute medizinische Unterstützung. So gewappnet, können Patienten mit Rückfallsituationen besser umgehen und standhaft bleiben.« Je schneller der Glimmstängel verschwindet, desto besser.



www.hnonet-nrw.de
www.e-quit.de



Elende Sucht: Viele Menschen wollen mit dem Rauchen aufhören, wissen aber nicht wie.