

## **Rauchausstieg im Alter: weniger Herzinfarkte und Schlaganfälle bereits innerhalb von fünf Jahren**

**Raucher steigern mit jeder Zigarette ihr Herzinfarkt- und Schlaganfall-Risiko. Doch auch umgekehrt gilt: Selbst wer erst im fortgeschrittenen Alter mit dem Rauchen aufhört, senkt sein Risiko bereits innerhalb kürzester Zeit nach dem Ausstieg erheblich. Das fanden Wissenschaftler des Deutschen Krebsforschungszentrums jetzt anhand einer Studie an Einwohnern aus dem Saarland heraus.**

Für ihre Studie analysierten Professor Hermann Brenner und seine Kollegen die Daten von 8.807 Personen im Alter von 50 bis 74 Jahren. „Wir konnten zeigen, dass Raucher ein mehr als doppelt so hohes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben wie Nichtraucher. Ehemalige Raucher sind dagegen fast genauso selten betroffen wie Menschen gleichen Alters, die nie geraucht haben“, sagt Brenner. „Außerdem erkranken Raucher deutlich früher als Personen, die nicht oder nicht mehr rauchen.“ So hat beispielsweise ein 60-jähriger Raucher das Herzinfarkt-Risiko eines 79-jährigen Nichtrauchers und das Schlaganfall-Risiko eines 69-jährigen Nichtrauchers. Dabei wirken sich die Tabakdosis und die Dauer des Konsums auf das Erkrankungsrisiko aus: Je mehr Zigaretten pro Tag über einen längeren Zeitraum geraucht werden, desto höher ist das Risiko.

Der positive Effekt eines Rauchausstiegs macht sich bei den Studienteilnehmern bereits nach kurzer Zeit bemerkbar. „Verglichen mit Personen, die weiterhin rauchen, ist das Risiko für einen Herzinfarkt und für einen Schlaganfall bereits während der ersten fünf Jahre nach der letzten Zigarette mehr als 40 Prozent niedriger“, betont Carolin Gellert, die Erstautorin der Studie. Die Ergebnisse legen nahe, dass Programme zur Tabakentwöhnung, die sich bislang auf jüngere Teilnehmer konzentrieren, auf ältere Personen ausgeweitet werden sollten.

Bereits im letzten Jahr hatten sich Hermann Brenner und seine Kollegen damit befasst, wie das Rauchen die Gesamtsterblichkeit von Menschen über 60 Jahren beeinflusst. Dazu hatten sie Daten aus internationalen Studien ohne deutsche Beteiligung analysiert. In ihrer aktuellen Untersuchung werteten sie nun Daten aus der sogenannten ESTHER-Studie aus, deren Teilnehmer aus dem Saarland stammen. Sie schlossen die Personen ein, die bis Studienbeginn keinen Herzinfarkt oder Schlaganfall erlitten hatten und deren Gesundheitszustand bis zu zehn Jahre nachbeobachtet wurde. Die Auswirkungen weiterer Faktoren wie Alter, Geschlecht, Alkoholkonsum, Bildung und Sport sowie Blutdruck, Diabetes, Cholesterinspiegel, Größe und Gewicht wurden von den Wissenschaftlern in den Auswertungen berücksichtigt.

Carolin Gellert, Ben Schöttker, Heiko Müller, Bernd Holleczeck, Hermann Brenner: Impact of smoking and quitting on cardiovascular outcomes and risk advancement periods among older adults. Eur J Epidemiol. 2013. doi: 10.1007/s10654-013-9776-0.

Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) ist mit mehr als 2.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland. Über 1000 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler erforschen im DKFZ, wie Krebs entsteht, erfassen Krebsrisikofaktoren und suchen nach neuen Strategien, die verhindern, dass Menschen an Krebs erkranken. Sie entwickeln neue Methoden, mit denen Tumoren präziser diagnostiziert und Krebspatienten erfolgreicher behandelt werden können. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Krebsinformationsdienstes (KID) klären Betroffene, Angehörige und interessierte Bürger über die Volkskrankheit Krebs auf. Gemeinsam mit dem Universitätsklinikum Heidelberg hat das DKFZ das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg eingerichtet, in dem vielversprechende Ansätze aus der Krebsforschung in die Klinik übertragen werden. Im Deutschen Konsortium für Translationale Krebsforschung

(DKTK), einem der sechs Deutschen Zentren für Gesundheitsforschung, unterhält das DKFZ Translationszentren an sieben universitären Partnerstandorten. Die Verbindung von exzellenter Hochschulmedizin mit der hochkarätigen Forschung eines Helmholtz-Zentrums ist ein wichtiger Beitrag, um die Chancen von Krebspatienten zu verbessern. Das DKFZ wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und zu 10 Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft deutscher Forschungszentren.

Diese Pressemitteilung ist abrufbar unter [www.dkfz.de/pressemitteilungen](http://www.dkfz.de/pressemitteilungen)

Dr. Stefanie Seltmann  
Leiterin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Deutsches Krebsforschungszentrum  
Im Neuenheimer Feld 280  
D-69120 Heidelberg  
T: +49 6221 42 2854  
F: +49 6221 42 2968  
[presse@dkfz.de](mailto:presse@dkfz.de)

Dr. Sibylle Kohlstädt  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Deutsches Krebsforschungszentrum  
Im Neuenheimer Feld 280  
D-69120 Heidelberg  
T: +49 6221 42 2843  
F: +49 6221 42 2968  
[presse@dkfz.de](mailto:presse@dkfz.de)