



Raucher sterben häufiger an Herz-Kreislaufkrankungen als an Krebs

Raucher haben ein etwa doppelt so hohes Risiko für einen Hirninfarkt und ein doppelt bis vierfach erhöhtes Risiko für eine Gehirnblutung.

„ Durch den Rauchstopp erreichen Sie unmittelbar nach Beendigung des Zigarettenkonsums positive gesundheitliche Effekte.“

Wie unterscheidet sich das Schlaganfall-Risiko von Rauchern und Nicht-Rauchern?

Vielen Studien zeigen, dass Raucher ein doppelt so hohes Erkrankungsrisiko für einen Schlaganfall haben wie Nicht-Raucher. Denn Zigarettenrauch enthält über 250 schädliche und krebserregende Stoffe wie:

- Nikotin
- Teer
- Blei
- Arsen oder
- Kohlenmonoxid

Diese und andere enthaltene Stoffe führen zu Schädigungen aller Organe. Was viele nicht wissen: Raucher sterben häufiger an Herz-Kreislauf-Erkrankungen als an Krebs.

Warum ist Rauchen ungesund?

Ein Grund ist, dass viele der Schadstoffe besonders die Blutgefäße belasten. Vor allem der süchtig machende Stoff Nikotin führt dazu, dass sich die Arterien verengen und gleichzeitig die Herzaktivität steigt. Die Folge ist eine schlechtere Durchblutung aller Gefäße und ein steigender Blutdruck. Dieser Druck schädigt die Blutgefäße und fördert die Entstehung der Arteriosklerose, auch als Arterienverkalkung bezeichnet.

Zusätzlich verändern die schädlichen Substanzen im Zigarettenrauch die Fließeigenschaften des Blutes. Es wird zähflüssiger und neigt stärker zur Bildung von Blutklümpchen. Diese sogenannten Gerinnsel können ein verengtes oder sehr kleines Blutgefäß verstopfen. Das folgende Gewebe oder Organ erhält keinen Sauerstoff mehr. Ist also ein hirnversorgendes Gefäß verstopft kann das Gehirn nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden. Dies führt zu einem Schlaganfall.

Werden Sie rauchfrei!

Informieren Sie sich kostenfrei und unabhängig auf dem Portal von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

[rauchfrei-info.de](https://www.rauchfrei-info.de/) (<https://www.rauchfrei-info.de/>)

Warum sollte ich mit dem Rauchen aufhören?

Durch den Rauchstopp erreichen Sie sowohl unmittelbar nach Beendigung des Zigarettenkonsums als auch langfristig positive gesundheitliche Effekte. Das Schlaganfall-Risiko sinkt innerhalb von fünf Jahren auf das Niveau eines Nichtraucherers.