Risikoerhöhung durch Rauchstopp

Diabetesgefahr steigt zunächst

Yeh HC, Duncan BB, Schmidt MI, Wang NY, Brancati FL. Smoking, smoking cessation, and risk for type 2 diabetes mellitus: a cohort study. *Ann Intern Med* 2010;152(1):10–7.

Fragestellung: Inwieweit beeinflusst das Beenden des Rauchens das prospektive Diabetesrisiko?

Hintergrund: Es ist bekannt, dass Rauchen ein Prädiktor für Typ-2-Diabetes und für kardiovaskuläre Erkrankungen ist. Bisher unklar ist, wie sich der Rauchstopp auf das prospektive Diabetesrisiko auswirkt. Man könnte annehmen, dass der Wegfall des Risikofaktors Rauchen das Risiko günstig beeinflusst. Allerdings ist auch bekannt, dass es beim Beenden des Rauchens zur Gewichtszunahme kommt, die das Diabetesrisiko erhöht.

Patienten und Methodik: In einer prospektiven Kohortenstudie im Rahmen der Studie ARIC (Atherosclerosis Risk In Communities) wurden zwischen 1987 und 1989 10892 Erwachsene untersucht, die zu diesem Zeitpunkt keinen Diabetes hatten. Das Rauchverhalten wurde mithilfe von Interviews erfasst. Die ARIC-Studie selbst beinhaltet ein 17-jähriges Follow-up mit Untersuchungen in den Jahren 1990, 1998 und 2004. Das Rauchverhalten wurde über eine neun Jahre dauernde Nachbeobachtung erfasst.

Ergebnisse: In diesen neun Jahren entwickelten 1254 Personen einen Typ-2-Diabetes. Verglichen mit jenen, die nie rauchten, erhöhte Rauchen das Diabetesrisiko um das 1,42-Fache. In den ersten drei Jahren der Studie stoppten 380 Personen das Rauchen. Nach Adjustierung für viele Kofaktoren wie Alter, Rasse, Geschlecht, Bildung, Adipositas, körperliche Aktivität, Blutlipide, Blutdruck und Studienzentrum gab es verschiedene Ergebnisse für ein prospektives Diabetesrisiko. Verglichen mit Teilnehmern, die nie rauchten, war das Diabetesrisiko für frühere Raucher 1,22-fach, bei kürzlicher Beendigung des Rauchens 1,73-fach und bei kontinuierlichem Rauchen 1,31-fach erhöht. Eine Adjustierung zur Gewichtsänderung und Leukozytenzahl ließ diese Unterschiede verschwinden. In einer Subgruppenanalyse ergab sich, dass das höchste Diabetesrisiko (1,91-fach) in den drei Jahren nach dem Rauchstopp auftrat und dann über zwölf Jahre kontinuierlich auf ein normales Niveau sank.

Schlussfolgerung: Die Quintessenz dieser Studie ist: „Hört auf mit dem Rauchen und treibt zusätzlich Sport, damit ihr nicht zunehmt!“

Prof. Dr. med. Peter E. H. Schwarz

Kommentar: Diese Studie zu lesen war spannend. Wir gehen immer wieder davon aus, dass sich ein Rauchstopp in jeder Hinsicht gesundheitlich positiv auswirkt. Auch wenn diese Untersuchung verschiedene Limitationen einer prospektiven Kohortenstudie aufweist, wurde hier in einem sehr robusten Design nachgewiesen, dass das Beenden

des Rauchens kurz und mittelfristig durch die damit verbundene Gewichtszunahme das Diabetesrisiko erhöht, was sich allerdings über eine Dekade hinweg annulliert. Im verantwortungsvollen Umgang mit unseren Patienten muss dies kommuniziert werden.

Prof. Dr. med. Peter E. H. Schwarz, Dresden

Steigende Lebenserwartung durch Rauchverzicht

Übergewicht konterkariert den Erfolg

Stewart ST, Cutler DM, Rosen AB. Forecasting the effects of obesity and smoking on U.S. life expectancy. *N Engl J Med* 2009; 361(23):2252–60.

Fragestellung: Wie hängen Lebenserwartung und Lebensqualität in den USA von der Entwicklung des Übergewichts und des Rauchverhaltens ab?

Hintergrund: Trotz kontinuierlicher Zunahme des Übergewichts in den USA in den letzten 30 Jahren, wodurch die Gesundheit der US-Bevölkerung klar nachteilig beeinflusst wurde, hat es durch die Abnahme der Raucherzahlen deutliche Steigerungen der Lebenserwartung gegeben. Um Gesundheits-

ressourcen besser einsetzen zu können, ist es wichtig, die Effekte dieser Trends zu betrachten.

Patienten und Methodik: In einer prospektiven Analyse wurden für jedes Jahr von 2005 bis 2020 die Lebenserwartung und die qualitätsadjustierten Lebensjahre für einen repräsentativen 18 Jahre alten US-Bürger angenommen. Dabei ging man davon aus, dass die zurückliegenden Trends im Rauchverhalten wie die Entwicklung des Übergewichts gemessen am