

Faktenbox

Weiter-Rauchen mit 35

1000 35-jährige Männer oder Frauen entscheiden sich, weiterzurauchen. Was bedeutet das für ihre Lebenserwartung?

Männer	Weiter Rauchende	Rauchstopper
Tod bevor sie 5 Jahre pensioniert sind	420	200
Nutzen für 1000 Weiter-Rauchende	keiner	
Schaden für 1000 Weiter-Rauchende bezüglich Lebenserwartung	220 sterben zusätzlich vor dem 70. Lebensjahr und jeder verliert durchschnittlich 20 Lebensjahre	
Frauen	Weiter Rauchende	Rauchstopperinnen
Tod bevor sie 6 Jahre pensioniert sind	250	100
Nutzen für 1000 Weiter-Rauchende	keiner	
Schaden für 1000 Weiter-Rauchende	150 sterben zusätzlich vor dem 70. Lebensjahr und jede verliert durchschnittlich 20 Lebensjahre	

Fazit: bezüglich Lebenserwartung ist Weiterrauen eine schlechte Entscheidung.

mediX empfiehlt, das Rauchen in jedem Lebensalter zu stoppen oder gar nicht damit zu beginnen.

Zahlen aus: Global Effects of Smoking, of Quitting and of Taxing Tobacco. Prabhat Jha, M.D., D.Phil. And Richard Peto, F.R.S. N Engl J Med 2014;370:60-8.
Das Kollektiv der RaucherInnen umfasst alle Rauchenden, Genuss- bis KettenraucherIn. Rauchen hat neben der Lebensverkürzung noch viele andere schädliche Wirkungen.