

RAUCHERENTWÖHNUNG

Abrupter Rauchstopp führt zu besseren Ergebnissen als langsame Raucherentwöhnung

Viele Raucher, die sich ihr Laster abgewöhnen wollen, möchten sich lieber langsam entwöhnen als von heute auf morgen abrupt aufzuhören. Allerdings ist die graduelle Methode weniger effizient. Das zeigt eine Vergleichsstudie in England bei insgesamt 700 erwachsenen Rauchern. Die Hälfte von ihnen hörte abrupt auf zu rauchen, die andere Hälfte reduzierte die Zigarettenzahl zwei Wochen vor dem endgültigen Stopp um drei Viertel. Beide Gruppen erhielten eine Nikotinersatztherapie am Tag vor und nach dem Rauchstopp und zusätzlich Verhaltensunterstützung durch Krankenschwestern. Die langfristige Erfolgsrate des Rauchstopps war jeweils bescheiden, aber abruptem Rauchstopp deutlich besser als bei langsamer Entwöhnung. Nach vier Wochen betrug die Abstinenzrate 49 % bzw. 39 %, nach sechs Monaten 22 % bzw. 15,5 %. Besonders auffällig: Personen, die angaben, eine langsame Entwöhnung einem abrupten Rauchstopp vorzuziehen, schnitten noch etwas schlechter ab: Die Abstinenzrate lag bei ihnen nach vier Wochen bei 38 % im Vergleich zu 52 % bei Personen, die einen schnellen Rauchstopp bevorzugten ($p = 0,007$).

☛ QUELLE

- Lindson-Hawley N et al.: Gradual Versus Abrupt Smoking Cessation: A Randomized, Controlled Noninferiority Trial. *Ann Intern Med* 2016;164(9):585-592

KREBS

Ökonomische Krisen haben Auswirkungen auf Krebssterblichkeit

Globale ökonomische Krisen, die zu einem Anstieg der Arbeitslosigkeit und eventuell auch zur Verringerung der staatlichen Gesundheitsausgaben führen, korrelieren mit einem Anstieg der Krebsmortalität. Darauf weisen mathematische Modellrechnungen für den Zeitraum 1990 bis 2010 hin, basierend auf Daten der Weltbank und der WHO zu 75 Ländern mit insgesamt mehr als 2 Milliarden Einwohnern. Analysiert wurde die Mortalität bei Brustkrebs (Frauen), Prostatakrebs (Männer) und kolorektalen Karzinomen (stellvertretend für „gut behandelbare Krebsarten“ mit Fünf-Jahres-Überlebensraten > 50 %) und die Daten für Lungen- und Pankreaskarzinome (schlecht behandelbar, Fünf-Jahres-Überlebensrate < 10 %). Mit steigender Arbeitslosigkeit wurde bei den meisten Krebserkrankungen auch ein Anstieg der Mortalität festgestellt. Dies zeigte sich besonders deutlich bei den gut behandelbaren Erkrankungen und korrelierte auch mit den Gesundheitsausgaben. In Europa ging die jüngste Finanz- und Wirtschaftskrise nach Ansicht der Autoren mit rund 160.000 zusätzlichen Krebstoten einher.

☛ QUELLE

- Maruthappu M et al.: Economic downturns, universal health coverage, and cancer mortality in high-income and middle-income countries, *Lancet* 2016, published online May 25

Rauchstopp:
Über sechs Monate
war nur jeder Fünfte
erfolgreich



IHR PLUS IM NETZ
Abstract online

Geschätzt 160.000
zusätzliche Krebs-
tote in Europa bei
jüngster Krise



IHR PLUS IM NETZ
Abstract online