

# Rauchen und Passivrauch kann zu Diabetes führen!



Rauchfrei  
Telefon  
**0800 810 013**  
[www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at)

## **URSACHEN: Wie beeinflusst Rauchen die Entstehung von Diabetes?**

Rauchen erhöht den Blutzuckerspiegel.

Deshalb verdoppelt Rauchen das Risiko an Diabetes Typ 2 zu erkranken. Dabei ist es egal, wieviel man raucht.

Rauchende Männer ab dem 40. Lebensjahr sind besonders betroffen.

Passivrauch erhöht das Risiko an Diabetes zu erkranken um 33 Prozent. Der Passivrauch enthält nämlich die gleichen Giftstoffe wie der aktiv inhalierte Rauch.

Rauchen führt zu vermehrter Fetteinlagerung im Bauch.

Bauchfett erhöht das Diabetesrisiko.

## **FOLGEN: Wie verschlechtert Rauchen den Krankheitsverlauf von Diabetes?**

Menschen mit Diabetes erkranken oft an Herzinfarkten, Schlaganfällen und Nierenversagen.

Häufig vorkommende Durchblutungsstörungen können in weiterer Folge zu Erblindung und Amputationen führen. Das Erkrankungsrisiko verdreifacht sich durch Rauchen und Passivrauch.

Menschen mit Diabetes, die rauchen, haben also ein besonders hohes Risiko, an einem Herzinfarkt oder Schlaganfall zu sterben.

## **LÖSUNG: Was verringert das Risiko an Diabetes zu erkranken?**

Mit dem Rauchen aufhören hilft! Ein Rauchstopp und eine rauchfreie Umgebung sind wichtige Vorbeugungsmaßnahmen. Dadurch sinkt das Risiko an Diabetes zu erkranken.

## **THERAPIE: Was bringt ein Rauchstopp den Menschen, die bereits Diabetes haben?**

Bei Menschen mit Diabetes ist ein Rauchstopp besonders empfehlenswert.

Diabetes ist nach dem Rauchstopp besser therapierbar, da unter anderem das medizinisch zugeführte Insulin besser wirkt.

Bei Menschen mit Diabetes verringert ein Rauchstopp das Risiko, an einem Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erkranken und zu sterben deutlich.

## **KOSTENFREIE UNTERSTÜTZUNG: DURCH DAS RAUCHFREI TELEFON**



per Telefon unter **0800 810 13** (Montag bis Freitag, 10:00 bis 18:00 Uhr)

[www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at)

[www.rauchfreiapp.at](http://www.rauchfreiapp.at)

**Wir helfen Ihnen beim Rauchstopp und geben Tipps zum Durchhalten.**

**Wir informieren über Passivrauch und beantworten Fragen dazu.**

**Wir freuen uns über Ihren Anruf!**