

## Rauchen und die Lungen

### Leben heisst atmen – tragen Sie Sorge zu Ihrer Lunge!

In Ruhe werden täglich 10'000 Liter Luft durch unsere Lungen ein- und ausgeatmet. Rund 5'000 Liter Blut fliessen in der gleichen Zeit durch die Lungenzirkulation. Die Gasaustauschfläche in den Lungenbläschen entspricht der Fläche eines Tennisplatzes. Die Membran, die der Sauerstoff in den Lungenbläschen durchqueren muss, um von der Luft ins Blut zu gelangen, hat die Dicke von einem 1/50 eines Frauenhaares. Diese Zahlen zeigen eindrücklich, wie grossartig unsere Lungen angelegt sind und arbeiten können.

### Schädigungen der Lunge

Die verschiedensten Stoffe, die wir mit der Luft einatmen, können zu Schädigungen der Luftwege und der Lungenbläschen führen. Neben Schadstoffen in der Umwelt wie Stickoxiden, Ozon oder Feinstaub, sind dies vor allem die Stoffe, die wir aktiv oder passiv beim Rauchen einatmen. Der Tabakrauch enthält neben dem Nikotin, das für die Suchterzeugung verantwortlich ist, rund 3'000 potenziell schädliche Substanzen. Diese können einerseits zu Entzündungen der Luftwege und der Lungen, andererseits zu bösartigen Tumoren führen.

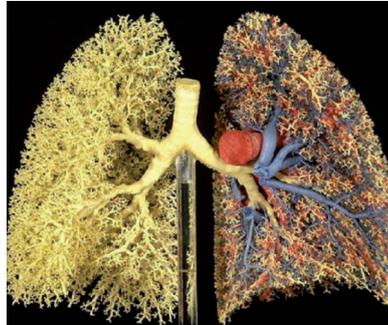


Abb.: Modell der Bronchien und der Lungen

### COPD (chronic obstructive pulmonary disease)

Bei der COPD kommt es zu chronisch entzündlichen Veränderungen in den Luftwegen und zu Zerstörungen der Lungenbläschen. Für den Patienten macht sich dies mit Husten, Katarrh und zunehmender Kurzatmigkeit bemerkbar. In der Schweiz leiden rund 400'000 Menschen an dieser Krankheit. Neben dem Tabakrauch kann auch eine jahrzehntelange organische Feinstaubexposition (z.B. in der Landwirtschaft) zu diesem Leiden führen. Um die Krankheit aufzuhalten, ist es notwendig, das Rauchen zu stoppen und bei Arbeiten mit starker Staubentwicklung eine wirksame Maske zu tragen. Ist die Krankheit fortgeschritten, so erfolgt eine Behandlung mit Medikamenten, die die Atemwege erweitern und gegen Entzündungen wirken. Bei schweren Fällen ist eine Sauerstoff-Langzeitbehandlung notwendig. Eine wichtige Rolle kommt der ambulanten pulmonalen Rehabilitation zu. Bei besonders ausgewählten Fällen kann auch eine chirurgische Therapie diskutiert werden.

### Bösartige Lungentumoren

Am Kantonsspital Graubünden werden jährlich über 100 neue Fälle von bösartigen Lungentumoren diagnostiziert. 90% der Patienten sind Raucher oder Ex-Raucher. Je nach Art des Tumors und je nach seiner Ausdehnung wird die Behandlung festgelegt. Als mögliche Therapien kommen die chirurgische Entfernung des Tumors, die Strahlen- oder Chemotherapie in Frage. Leider bleibt die Prognose der bösartigen Lungentumoren sehr schlecht. Fünf Jahre nach Diagnosestellung leben lediglich noch 15% der Patienten.



### Leben heisst atmen – tragen Sie Sorge zu Ihrer Lunge

- Rauchen ist der wichtigste Risikofaktor für die Entstehung von Lungenkrankheiten.
- Einem sofortigen Rauchstopp kommt deshalb grosse Bedeutung zu.
- Sind Sie Raucher, so lassen Sie sich die Lungenfunktion kontrollieren. Häufig entwickelt sich die COPD langsam und schleichend.
- Unterstützen Sie die Bemühungen, die öffentlichen Räume rauchfrei zu gestalten.

### Weiterführende Infos

- [www.lung.ch](http://www.lung.ch)
- [www.at-schweiz.ch](http://www.at-schweiz.ch)