

Langzeitrisiken durch Rauchen

k -- Doll R, Peto R, Boreham J et al. Mortality in relation to smoking: 50 years' observations on male British doctors. *BMJ* 2004 (26. Juni); 328: 1519-27

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Matthias Egger

Studienziele

In der «British Doctors»-Studie ging es ursprünglich darum, die Risiken des Zigarettenrauchens prospektiv zu belegen. Die Daten von nunmehr 50 Beobachtungsjahren bieten die Möglichkeit, den Einfluss des Beginns des Zigarettenkonsums in verschiedenen Zeitperioden des letzten Jahrhunderts und den Einfluss eines Rauchstopps in verschiedenen Altersgruppen zu untersuchen. **Methoden**

Informationen zu den Rauchgewohnheiten britischer Ärzte wurden erstmals 1951 und später periodisch bis 2001 erhoben. Bei einem grossen Teil der ursprünglich 34'439 Teilnehmer konnte in diesem Zeitraum eine spezifische Todesursache registriert werden. Die Umfragen waren zuerst auf die gegenwärtigen oder zuletzt geübten Rauchgewohnheiten bei Rauchern und Ex-Rauchern beschränkt. Später wurden auch andere Risikofaktoren erfasst.

Ergebnisse

Nur 17% von allen Teilnehmern waren lebenslang Nichtraucher! Die alterskorrigierte Mortalität war insgesamt bei Rauchern fast doppelt so hoch wie bei lebenslangen Nichtrauchern (35 gegenüber 19 Todesfällen pro 1'000 Personenjahre). Aufgeschlüsselt nach spezifischen Todesursachen waren kardiovaskuläre Krankheiten etwa für die Hälfte, Tumorerkrankungen für ein Viertel und andere Todesursachen für den Rest dieser Erhöhung verantwortlich. Raucher, die zwischen 1900 und 1930 geboren wurden, starben durchschnittlich 10 Jahre früher als lebenslange Nichtraucher. Ein Nikotin-Stopp im Alter von 60, 50, 40 und 30 Jahren brachte einen Lebenszuwachs von 3, 6, 9 und 10 Jahren. Das relative Sterberisiko durch Zigarettenrauchen nahm bei den später Geborenen deutlich zu. So war beispielsweise das Risiko, im mittleren Alter zu sterben, bei den zwischen 1900 und 1909 geborenen Rauchern um das Zweifache erhöht, während es bei den in den 20er Jahren geborenen bereits dreifach erhöht war (43% gegenüber 15%). Bei der jüngeren Generation von Rauchern war auch die Sterberate zwischen 70 und 90 um etwa das Dreifache erhöht.

Schlussfolgerungen

Während die Mortalität bei den Nichtrauchern in den letzten 50 Jahren kontinuierlich abnahm (dank Prävention und besseren Behandlungen von Krankheiten), blieb sie bei Rauchern praktisch unverändert. Dass das relative Sterberisiko durch Zigarettenrauchen anstieg, wird zudem durch einen früheren und intensiveren Konsum der seit dem 20. Jahrhundert industriell hergestellten Zigaretten erklärt. Eine durchschnittliche Reduktion der Lebenserwartung um 10 Jahre kann durch einen Rauchstopp mit 50 noch um etwa die Hälfte, durch einen Stopp im Alter von 30 Jahren fast vollständig vermieden werden.

Zusammengefasst von Felix Tapernoux

Die 1951 begonnene «British Doctors»-Studie hat einen festen Platz in der Geschichte der Medizin: sie belegte vor 50 Jahren die schädlichen Auswirkungen des Zigarettenrauchens erstmals mit prospektiven Daten. Ein halbes Jahrhundert später liefert die Studie weiterhin wichtige Resultate: wer mit 60, 50, 40, oder 30 Jahren mit dem Rauchen aufhört, gewinnt 3, 6, 9 oder 10 Jahre an Lebenserwartung. Zahlen, die uns alle neu motivieren sollten, die Beratung in der Praxis ernst zu nehmen. Auch kurze Beratungen sind bekanntlich wirksam.¹ Schade, dass keine entsprechenden Zahlen für Frauen vorliegen, aber in den 50er Jahren war die Medizin bekanntlich noch männlich. Und noch etwas ist von historischer Bedeutung: der 1952 gegründete Schweizerische Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung hat vor einigen Wochen seine erste Ausschreibung für die Förderung von Kohortenstudien lanciert.