



Epidemiologisches Bulletin

31. Mai 2002 / Nr. 22

AKTUELLE DATEN UND INFORMATIONEN ZU INFektionsKRANKHEITEN UND PUBLIC HEALTH

Zum Weltnichtrauchertag am 31. Mai 2002: Ja zum Sport heißt Nein zum Tabak!

1987 empfahl die Weltgesundheitsorganisation (WHO) zum ersten Mal, an einem Tag im Jahr die öffentliche Aufmerksamkeit auf die Gefahren des Tabakkonsums zu lenken. Seitdem ist das mit jährlich wechselnden Schwerpunktthemen geschehen und hat inzwischen dazu geführt, dass in den Medien ausführlich zu diesem Tag berichtet wird. Dieses Jahr heißt das Motto ›Tobacco Free Sports – Play it Clean‹ und wurde von den deutschen Organisationen übersetzt mit ›Ja zum Sport heißt Nein zum Tabak‹.

Die englische Version zielt mehr dahin, den Sport insgesamt ›rauchfrei‹ zu machen: kein Tabakkonsum, keine Tabakwerbung, kein Sponsoring. Sportler, Sportverbände, Schul- und Universitäts-Teams und die Sportmedien sind aufgerufen, sich der Kampagne für rauchfreien Sport anzuschließen.

Schon die Olympischen Winterspiele 2002 in Salt Lake City waren ›rauchfrei‹. Nun soll auch die Fußball-Weltmeisterschaft 2002 in Korea und Japan rauchfrei ablaufen, beschlossen durch das Internationale Olympische Komitee (IOC) und den Weltfußballverband (FIFA). Die Firma Philip Morris beabsichtigt, sich bereits mit dem Ende der Rennsaison 2002 aus dem Formel-1-Sponsoring weitgehend zurückzuziehen. Spätestens ab 2006 wird es dann auch nicht mehr möglich sein, dass ein Weltmeister seinen Sieg in einer ›Marlboro-Schachtel auf vier Rädern‹ einfährt, weil dann die gesamte Formel 1 frei von Tabakwerbung sein soll.

Die deutsche Fassung ›Ja zum Sport heißt Nein zum Tabak‹ lässt mehr Raum für andere Aspekte. Natürlich gibt es den rauchenden Sportler, der mehr Leistung bringt als ein untrainierter Nichtraucher. Aber bei sonst gleichen Bedingungen hat der Nichtraucher den längeren Atem. Warum?

Von zentraler Bedeutung ist eine deutliche Reduzierung des sauerstoffgesättigten Hämoglobins: Hämoglobin versorgt alle Zellen – vom Gehirn bis zu den Gliedmaßen – mit Sauerstoff. Wer raucht, atmet mit dem Tabakrauch neben einer Vielzahl von Schadstoffen auch Kohlenmonoxid (CO) ein. Die Affinität des Hämoglobins zum CO ist 200-mal intensiver als die Bindung an den Sauerstoff! Ein durchschnittlicher Raucher hat dadurch ständig etwa 15% weniger Sauerstoff-Transportkapazität; entsprechend geringer ist auch seine sportliche Leistungsfähigkeit.

Die gute Nachricht lautet: Innerhalb weniger Tage nach dem Aufgeben des Rauchens ist das CO abgebaut; dem Körper steht die volle Sauerstoff-Versorgung zur Verfügung und damit auch ein entsprechender Zuwachs an sportlicher Leistungsreserve. Gleichzeitig arbeitet das Herz ökonomischer, weil keine Unterversorgung mit Sauerstoff mehr kompensiert werden muss.

Dreht man das Motto um, so ergibt sich ebenfalls ein hilfreicher Hinweis. Wer nach dem ›Nein zum Tabak‹ (Aufgeben des Rauchens) öfter ›Ja zum Sport‹ sagt, hält damit die befürchtete Gewichtszunahme in erträglichen Grenzen.

Ein Angebot von Plakaten und weiter führenden Texten findet sich unter www.who-nichtrauchertag.de oder www5.who.int/tobacco.

Wer ›Nein‹ zum Tabak sagen möchte, kann sich an den beiden bundesweiten Rauchertelefonen Rat holen: Deutsches Krebsforschungszentrum, Heidelberg: 06221. 42 42 00 und Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln: 0221. 89 20 31.

Diese Woche **22/2002**

Zum Weltnichtrauchertag 2002:
Rauchen und Sport
vertragen sich schlecht

Legionellose:
Konsiliarlabor für Legionellen
zur Situation in Deutschland

Pneumokokken-Erkrankungen:
Pneumokokken-Sepsis
bei Asplenie – Fallbericht

Publikationshinweise:

- ▶ BgVV: Mittel und Verfahren zur Bekämpfung von tierischen Schädlingen nach § 18 IfSG – Nachtrag im Bundesgesundheitsblatt
- ▶ LGA Baden-Württemberg: Materialsammlung ›Abwehr von Gefährdungen durch Seuchen und B-Terrorismus‹ im Internet

Meldepflichtige Infektionskrankheiten:
Aktuelle Statistik
Stand vom 29. Mai 2002
(19. Woche)

Diphtherie:
Kurzbericht zu einer aktuellen Erkrankung

25. 17
4496
ZB MED

