

Rauchen

Raucherentwöhnung mit E-Zigaretten erfolgreich?

Seit E-Zigaretten vor rund 10 Jahren am Markt eingeführt wurden, wurden sie millionenfach verkauft. Mehr als ein Viertel der Konsumenten von E-Zigaretten gibt an, mit ihrer Hilfe mit dem Rauchen aufhören zu wollen. Ob sich diese Methode wirklich dazu eignet, bleibt umstritten. Eine Studie aus Neuseeland ist dieser Frage nun nachgegangen.

Lancet 2013; 382: 1629–1637

E-Zigaretten könnten die Raucherentwöhnung verbessern, endgültige Daten liefert die vorgestellte Arbeit jedoch nicht. Zu diesem Ergebnis kommen C. Bullen und Kollegen, die zwischen September 2011 und Juli 2013 insgesamt 657 Personen in ihre prospektive, randomisierte Studie aufgenommen haben. Alle Teilnehmer waren Raucher, die im zurückliegenden Jahr täglich mindestens 10 Zigaretten geraucht hatten und jetzt aufhören wollten zu rauchen. Sie wurden nach dem Zufallsprinzip im Verhältnis 4:4:1 einer von den 3 folgenden Gruppen zugewiesen:

- ▶ „E-Zigaretten mit Nikotin“ (Gebrauch ad libitum, 16 mg Nikotin/Zigarette; n = 289),
- ▶ „E-Zigaretten ohne Nikotin“ (Placebo; n = 73),
- ▶ „Nikotinpflaster“ (eins pro Tag, 21 mg Nikotin/Pflaster; n = 295).

Die Probanden begannen mit der Verwendung der zugewiesenen Maßnahme eine Woche bevor sie mit dem Rauchen aufhören wollten und setzen sie dann für weitere 12 Wochen fort. Zusätzlich konnten sie eine telefonische Hotline zur Unterstützung bei der Raucherentwöhnung nutzen. Beurteilt wurde die gesicherte Abstinenz (geprüft mittels CO-Messung in der Ausatemluft) nach 6 Monaten.

Geringere Abstinenzquote als erwartet

Die Auswertung ergab: Rund 7,3% der Teilnehmer rauchten nicht mehr nach Nikotin-E-Zigaretten, 5,8% waren es nach Nikotinpflaster und 4,1% nach Placebo-E-

Zigaretten. Mit diesen Werten lag die erreichte Abstinenzquote deutlich unter der erwarteten, die der Kalkulation zur Stichprobengröße zugrunde lag. Dementsprechend lässt sich aus diesen Daten zwar ein Trend hin zur besseren Entwöhnung mithilfe von E-Nikotin-Zigaretten als von Pflastern oder Placebo erkennen, die statistische Signifikanz wird allerdings verfehlt. Jedoch war die selbst berichtete Abstinenz zu allen Zeitpunkten (1, 3 und 6 Monate nach Rauchstopp) unter den Nikotin-E-Zigaretten höher als unter Pflaster und Placebo.

Unerwünschte Ereignisse zeigten keine Gruppenabhängigkeit, mit 137 Ereignissen unter „echten“ E-Zigaretten, 119 bei Nikotinpflastern und 36 unter Placebo. Insgesamt gab es relativ viele Studienabbrecher, 22% in der Gesamtkohorte (17% in der Nikotin-E-Zigaretten-Gruppe, 27% in der Nikotinpflaster- und 22% in der Placebo-Gruppe).

Fazit

E-Zigaretten sollen dabei helfen mit dem Rauchen aufzuhören. Weitere Studien müssen diesen Zusammenhang aber noch exakter klären. Auf alle Fälle, so die Autoren, scheinen Bedenken im Hinblick auf eine hohe Nebenwirkungsrate durch die E-Zigaretten zumindest über die kurze Dauer von 12 Wochen in diesem Zusammenhang eher unbegründet. Da die E-Zigaretten von den Rauchern, nach den Abbruchraten zu urteilen, wohl eher akzeptiert werden als Nikotinpflaster, sollte dieser Ansatz weiter untersucht werden.

Dr. Elke Ruchalla, Trossingen

Lungenkrebs

Bundesverband der Selbsthilfegruppen

Diagnose Lungenkrebs: Viele Fragen entstehen. In 40 Selbsthilfegruppen bundesweit können Betroffene und Angehörige ihre Fragen immer wieder stellen, für die im Klinik- und Praxisalltag keine Zeit bleibt oder die nur Menschen mit gleichem Erfahrungshorizont beantworten können. Betroffene und Angehörige unterstützen sich dort gegenseitig, geben Beistand, Kraft und Mut.

Im November 2013 wurde in Bochum beschlossen, gemeinsam den Bundesverband Selbsthilfe Lungenkrebs e. V. zu gründen. Die Mitglieder, Selbsthilfegruppen und -vereine aus ganz Deutschland, wollen Erfahrungen und Informationen besser als zuvor austauschen. Durch die höhere Vernetzung sollen krankheitsbezogene Informationen und neueste wissenschaftliche Erkenntnisse schneller in die einzelnen Regionen getragen werden. Zudem sollen mit Kongressen, Seminaren, Arbeitskreisen und Veröffentlichungen mehr Informationen auch an weitere Multiplikatoren im gesundheits- und sozialpolitischen Bereich herangetragen werden, um die Interessenvertretung der betroffenen Familien zu stärken.

Rund 50000 Männer und Frauen erkranken jährlich in Deutschland neu an Lungenkrebs. „Viele lehnen die Beschäftigung mit der Krankheit ab. Andere wollen zwar informiert sein, haben aber gleichzeitig Angst vor dem Wissen“, sagt Barbara Baysal, Vorstandsmitglied des neuen Bundesverbandes. Doch ihrer Erfahrung nach nehme Wissen die Angst. Wer bei den Treffen nicht reden will, müsse nicht. „Zu sehen, wie andere mit der Krankheit leben, hilft manchen bereits“, sagt Baysal. Die Tätigkeit des Bundesverbandes Selbsthilfe Lungenkrebs e. V. basiert auf dem Selbsthilfeprinzip und der Betroffenenkompetenz. Betroffene können sich dem neuen Bundesverband anschließen, sofern aufgrund der vielseitigen erkrankungsbezogenen Besonderheiten die Bildung einer örtlichen Selbsthilfegruppe nicht möglich ist.

Nach einer Mitteilung des Bundesverband Selbsthilfe Lungenkrebs e. V.