



Rauchen und Alkoholkonsum – gefährliche Kombination

Das Zusammenspiel zwischen Tabak und Alkohol lässt die Krebsgefahr dramatisch steigen

Studien zeigen: besonders gefährdet, an Krebs zu erkranken, sind rauchende Personen, die gleichzeitig Alkohol trinken. Die Kombination von Alkoholkonsum und Rauchen verursacht insbesondere Krebserkrankungen der oberen Atemwege und des oberen Verdauungstraktes, wie Mundhöhlen-, Rachen-, Kehlkopf- und Speiseröhrenkrebs.

Zum Vergleich:

Bei Personen mit einem Alkoholkonsum von 25 bis 50 Gramm Alkohol pro Tag ist das Risiko für Speiseröhrenkrebs um das **zwei- bis Dreifache** erhöht. Ganz ähnlich sieht es in der Gruppe der Genussraucher aus: Eine bis sieben Zigaretten pro Tag **verdoppeln** das Risiko. **Bei Personen, die gleichzeitig trinken und rauchen, steigt die Krebsgefahr auf das Zwölffache.**

Warum ist das so?

Alkohol löst bei Rauchern ein Verlangen nach Tabak aus und umgekehrt. Das verabreichte Nikotin senkt den Alkoholspiegel im Blut signifikant. Nikotin verzögert also die Weitergabe von Alkohol vom Darm in die Blutbahn und dadurch wird ein größeres Verlangen nach Alkohol ausgelöst. Für die gewünschte Wirkung wird dann eben mehr Alkohol konsumiert.

Besonders Jugendliche sind gefährdet, weil sie den Alkohol vor allem wegen seiner berauschenden Wirkung trinken. Rauchen sie noch zusätzlich, liegt es nahe, dass sie noch größere Mengen Alkohol zu sich nehmen.

Bei der Wechselwirkung von Nikotin und Alkohol entsteht eine Menge an giftigen Nebenprodukten, die den Organismus schädigen können. Besonders gefährlich am nächsten Tag: der Giftcocktail im Körper, den die beiden Substanzen erzeugen.

Was bisher als Zufall angesehen wurde – dass Raucher mehr Alkohol trinken, scheint nun auf Grund aktueller Studienergebnisse plausibel erklärt werden zu können. **Die schädlichen Nebenprodukte von Nikotin und Alkohol, die direkte Schädigung durch die Substanzen an sich und - zu guter letzt - der Hebel-Effekt der beiden Suchtmittel führt zu dem rasanten Anstieg des Krebsrisikos bei Partyraucher*innen.**



Wie wirkt Alkohol auf unseren Körper?

Viele von uns schätzen die anregende und stimmungssteigernde Wirkung von Bier, Wein, Sekt und Spirituosen. Leider vergessen wir gerne, wie gefährlich das Zellgift Ethanol bei übermäßigem Konsum und auf lange Sicht werden kann.

Schon im Mund, wenn der Alkohol über die Schleimhäute und die Speiseröhre in den Körper gelangt, beginnt seine Wirkung. Den Großteil nimmt jedoch die Magenschleimhaut auf.

Anschließend gelangt der Alkohol in die Blutbahn und erreicht so auch andere Organe. Über die sogenannte Pfortader gelangt der Alkohol in die Leber, die ihn von nun an langsam abbaut.

In dieser Zeit entfaltet der Alkohol im Körper seine volle Wirkung. Er beeinflusst vor allem die Zentren des Gehirns, die das Bewusstsein und die Gefühle steuern. Zunächst anregend, später dann betäubend. Er stimuliert dabei Rezeptoren in Gehirn und Nervensystem, wodurch Alkohol entspannend und angstlösend wirken kann.

Diese Effekte beruhen auch auf der erhöhten Produktion von Dopamin und Endorphinen. Langfristiger Alkoholkonsum führt jedoch dazu, dass sowohl Hirnmasse als auch Hirnvolumen abnehmen.

Jeder Alkoholkonsum zerstört Hirnzellen.

Alkohol beeinflusst den Stoffwechsel im Gehirn also erheblich. Die beteiligten Rezeptoren entwickeln bei ständiger Stimulation Toleranz, das heißt es werden bei längerem Alkoholmissbrauch immer größere Mengen benötigt, um den gewünschten Effekt zu erzielen. So entsteht das Verlangen, mehr Alkohol zu trinken und im weiteren Verlauf die Abhängigkeit von Alkohol

Die Leber, die den Körper mit speziellen Enzymen rund um die Uhr entgiftet, zerlegt das Ethanol in seine Bestandteile. **Dabei entsteht das äußerst giftige Zwischenprodukt Acetaldehyd.** Dieses Molekül schädigt die Schleimhautzellen und steht unter dem Verdacht sogar krebserregend zu sein.

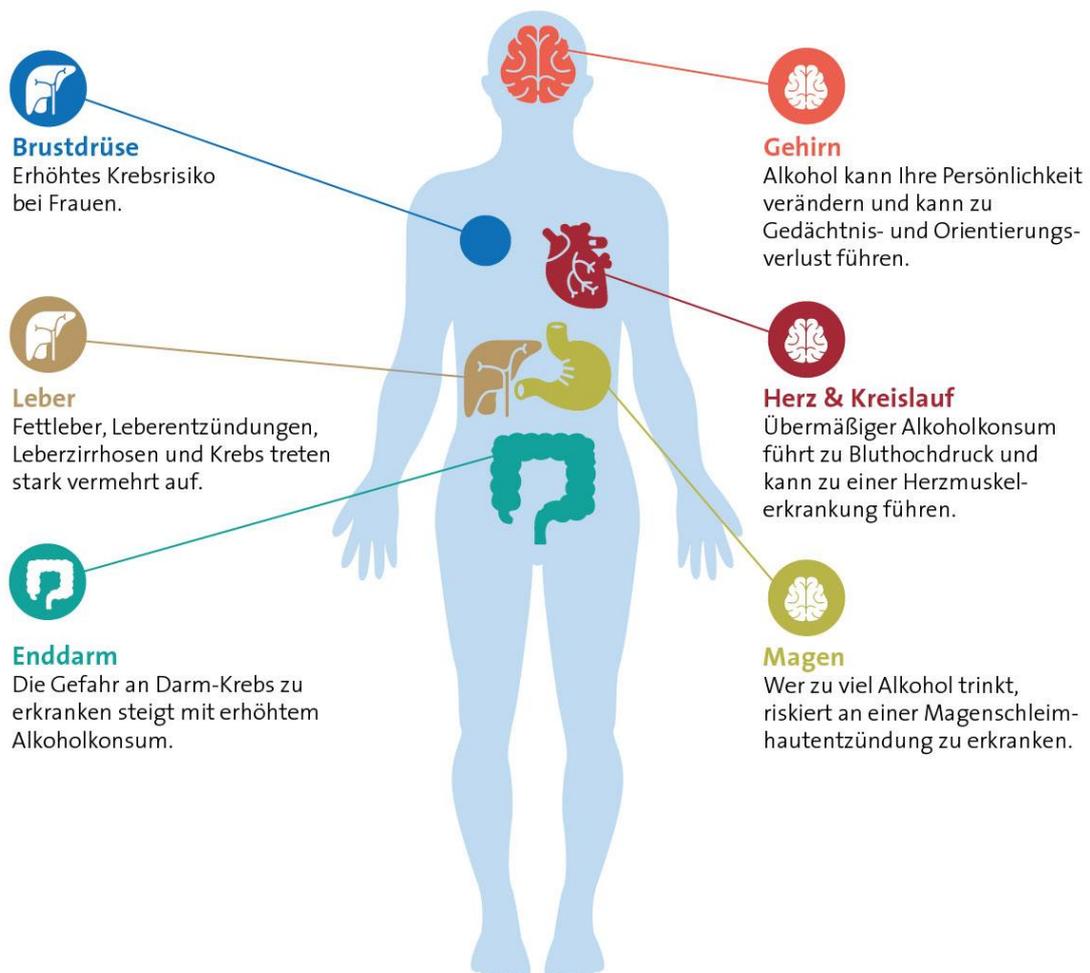
Der Alkoholabbau in der Leber fördert außerdem die Produktion von Fettsäuren, die sich mit der Zeit in der Leber ansammeln. Folge: Die Leber verfettet. Oft führt diese Leberveränderung, wenn auch reversibel, später zu chronischen Leberschäden wie der Leberzirrhose. Liegen erst einmal Leberschäden vor, sind anschließend auch andere Organe betroffen. Langfristig kann eine zerstörte Leber etwa zu einer Bauchspeicheldrüsenentzündung führen.



Aber nicht nur die Verdauungsorgane werden bei Alkohol in Mitleidenschaft gezogen. Ein chronischer Alkoholkonsum wirkt sich auch negativ auf die Magen- und Darmschleimhaut aus, steigert das Herzinfarktrisiko durch erhöhten Blutdruck, steht im Zusammenhang mit der Entstehung von Krebs, vor allem Speiseröhrenkrebs.

Nicht nur der Körper leidet, auch die Psyche kann durch chronischen Alkoholkonsum Schaden nehmen. So häufen sich bei Menschen, die viel Alkohol trinken, Depressionen und Psychosen.

Übermäßiger Alkoholkonsum schadet Ihrem Körper



Weitere Folgen

Krebsrisiko für Mund- und Rachenraum, Bauchspeicheldrüse, Potenzstörungen und Abhängigkeit