

Wiener Studie: Rauchen macht dick !



Rauchen hilft - entgegen der landläufigen Meinung - nicht beim Halten des Gewichts. (photo 5000 - Fotolia.com)

"Rauchen zügelt den Appetit", so eine weitläufige Annahme. Besonders Mädchen sehen im Glimmstängel ein wirksames Mittel zur Kontrolle ihres Gewichts. Rauchen wirkt sich tatsächlich auf das Gewicht aus, sagen nun Wissenschaftler aus Wien. Allerdings ganz anders, als viele meinen.

Rauchen macht eher dicker, als dünner und wirkt sich auch sonst schlecht auf den Körper aus. Sie können also mit dem Rauchen aufhören, ohne Nebenwirkungen befürchten zu müssen. und Bioinformatikern - zweifelte den Zunahme-Effekt, den man der Zigarette oftmals zuschreibt, von vorne herein an und behielten damit Recht. Als Datengrundlage dienten knapp 1.000 Personen.

Raucher und Nicht-Raucher unterscheiden sich in Gewicht und BMI

Als Datengrundlage dienten der Studie die Ergebnisse von 986 Gesundenuntersuchungen österreichischer Bankangestellter. Erhoben wurden:

- Raucher-Status
- Ernährung
- Gewicht
- Körperliche Aktivität
- Größe
- Body-Mass-Index (BMI)
- Bauchumfang
- Laborwerte (u.a. Blutzucker- und Blutfettwerte)

Die wichtigste Erkenntnis: Raucher, Nicht-Raucher und Ex-Raucher unterschieden sich in erster Linie in punkto Gewicht und BMI. Beide Werte steigen mit jeder täglich gerauchten Zigarette. Auch im Hinblick auf die Blutwerte wurden Unterschiede festgestellt. So zeigte sich, dass Raucher einen höheren Anteil an weißen Blutkörperchen haben, als Nicht-Raucher. Das bewirke möglicherweise eine erhöhte Entzündungsanfälligkeit, so die Forscher. Zudem wies das Blutbild der Raucher eine ungesündere Blutfett-Zusammensetzung (geringere HDL-Werte und höhere Nüchtern-Blutzuckerwerte) auf.

Die Studie konnte die Annahme "Rauchen hilft, das Gewicht zu halten" also klar entkräften. Für mehr als jeden 5. Österreicher womöglich ein Anstoß, das Rauchen zukünftig sein zu lassen. Auch, weil dann bloß noch eins dicker wird: Die Geldbörse.

AUTOR

Alexander Petz

REDAKTIONELLE

BEARBEITUNG

Elisabeth Mondl

ERSTELLUNGSDATUM

07 August, 2014

LETZTES UPDATE

05 September, 2014 11:25

Quellen: www.gesund.at

APAMed, Rauchen macht dick am 05.08.2014