

**Die monatliche Information der
Stiftung Kindergesundheit für
Journalistinnen & Journalisten**

**Stiftung Kindergesundheit informiert über die Risiken
des Rauchens in der Schwangerschaft**

Zigaretten – das Babygift

Die meisten Frauen wissen, dass Rauchen in der Schwangerschaft das ungeborene Kind schwer belastet. Viele werdende Mütter hören deshalb auf oder schränken zumindest den Zigarettenkonsum stark ein, sobald sie erfahren, dass sie ein Kind erwarten. Leider hält die Sucht nach dem blauen Dunst manche Raucherinnen derart fest im Griff, dass sie auch in dieser Situation nicht in der Lage sind, das Rauchen aufzugeben. Jede fünfte Schwangere raucht weiter und setzt damit ihr ungeborenes Kind beträchtlichen Gefahren aus. Es wächst nämlich mit jeder einzelnen Zigarette das Risiko für das Baby, in seiner Entwicklung beeinträchtigt und gesundheitlich geschädigt zu werden. Darauf weist die Stiftung Kindergesundheit mit großem Nachdruck hin.

„Wenn eine werdende Mutter weiter raucht, raucht sie für zwei!“, konstatiert Professor Dr. Berthold Koletzko, Vorsitzender der in München beheimateten Stiftung Kindergesundheit. „Die im Zigarettenrauch enthaltenen Giftstoffe reichen von Kohlenmonoxyd und Stickoxyden über Blausäure, Ammoniak und Schwefelwasserstoff bis zu Teer und Kadmium. Durch sie werden Wachstum und Entwicklung des Babys nachhaltig beeinträchtigt“.

Das Kind kommt zu früh und zu schwach zur Welt

Weltweite Studien haben in den letzten Jahren folgende Nachteile des Rauchens für das Ungeborene im Mutterleib eindeutig belegen können:

- Nikotin verengt die Gefäße und verringert auch die Durchblutung des Mutterkuchens (Plazenta). Das hochgiftige Kohlenmonoxyd verdrängt den Sauerstoff aus den roten Blutkörperchen – das Kind leidet unter einem chronischen Sauerstoffmangel.
- Als Folge der schlechten Durchblutung der Plazenta erhält das Ungeborene auch weniger Nährstoffe. Es wächst deshalb langsamer. Bei Babys rauchender Schwangerer wird besonders häufig ein kleinerer Kopfumfang und vermindertes Längenwachstum registriert. Das Gewichtsdefizit kann bis zu 300 Gramm betragen. Jungen sind dabei von der intrauterinen Wachstumsretardierung signifikant häufiger und in stärkerem Maße betroffen als Mädchen.

» Je früher eine Schwangere das Rauchen aufgibt, desto größer sind die Chancen, dass ihr Baby normalgewichtig und ohne gesundheitliche Beeinträchtigungen zur Welt kommt «

- Als besonders giftige Komponente des Tabakrauchs gilt Kadmium. Die Konzentration dieses Schwermetalls steigt mit jeder gerauchten Zigarette sowohl im Blut der Mutter, als auch im Nabelschnurblut deutlich an.
- Rauchende Mütter erleiden häufiger eine Fehlgeburt als Nichtraucherinnen. Ihr Risiko für vorzeitige Blutungen, einen ungünstigen Sitz der Plazenta in der Gebärmutter („Vorfall“), für einen vorzeitigen Blasensprung und auch für Frühgeburten ist erhöht.
- Das Rauchen in der Schwangerschaft fördert auch die Allergieanfälligkeit des Kindes. Bei Kindern, deren Mütter während der Schwangerschaft rauchen, treten Ekzeme und Asthma zwei- bis fünfmal häufiger auf als bei nicht rauchenden Müttern.
- Das Risiko für den gefürchteten plötzlichen Säuglingstod (SIDS) wird durch das Rauchen während der Schwangerschaft deutlich erhöht. Bei einem täglichen Konsum der werdenden Mutter von mehr als zehn Zigaretten steigt das Risiko für SIDS auf das siebenfache.

Schwere Folgen noch Jahre nach der Geburt

Neben den unmittelbaren Folgen des mütterlichen Rauchens gibt es eine Reihe von Belastungen, die erst später zutage treten, heißt es in der Stellungnahme der Stiftung Kindergesundheits. Nach Untersuchungen in Schweden erhöhen schon 10 Zigaretten das Risiko für die ungeborenen Kinder um 50 Prozent, später an Leukämie oder anderen Krebsarten zu erkranken.

Hat die Mutter während der Schwangerschaft geraucht, liegt das Risiko für ihr Kind, später Verhaltensauffälligkeiten, Lernstörungen und Hyperaktivität zu entwickeln, bei 22 Prozent, während Kinder von Nichtraucherinnen nur zu acht Prozent von einem solchen Schicksal betroffen sind.

Am besten wäre es natürlich, wenn jede Frau, die sich ein Kind wünscht, bereits vor Eintritt der Schwangerschaft auf Zigaretten verzichten würde. Doch auch während der Schwangerschaft ist es dazu nicht zu spät. Die Stiftung Kindergesundheits betont: Je früher eine Schwangere das Rauchen aufgibt, desto größer sind die Chancen, dass ihr Baby normalgewichtig und ohne gesundheitliche Beeinträchtigungen zur Welt kommt.

Verzicht auf die Zigarette lohnt sich immer

Professor Dr. Berthold Koletzko präzisiert: „Jede nicht gerauchte Zigarette ist ein Gewinn für das Baby. Der Verzicht auf die Zigarette lohnt sich immer, selbst noch kurz vor der Geburt. Für die häufig gehörte Behauptung, der plötzliche Rauchstopp in der Schwangerschaft würde das Ungeborene belasten, fehlt jede wissenschaftliche Bestätigung. Auch die unangenehmen Entzugserscheinungen, die in den ersten Tagen nach dem Verzicht auf Zigaretten bei der Mutter auftreten können, sind nicht zu vergleichen mit der Befürchtung, dem Baby durch das Rauchen möglicherweise dauerhaften Schaden zugeführt zu haben“.

Für Schwangere, die vom Rauchen loskommen wollen, sind die Alternativen allerdings begrenzt, da man in dieser Zeit auf die Einnahme von Medikamenten nach Möglichkeit verzichten sollte:

» Trotz aller Bedenken ist es immer noch besser, zu rauchen und zu stillen als zu rauchen und nicht zu stillen «

- Am einfachsten geht es mit der radikalen Methode: Man hört schlagartig mit dem Rauchen auf. Bei dieser Methode gibt es die wenigsten Rückfälle. Am besten fasst man diesen Entschluss zusammen mit dem Partner.
- Bei der langsamen Reduzierung des Rauchens sollte man sich vornehmen, erst auf unter zehn, dann auf unter fünf Zigaretten pro Tag zu kommen (um am Ende vielleicht doch noch ganz aufzuhören). Auch hierbei kann die Unterstützung durch den Partner eine große Hilfe sein.

Auch wer stillt, sollte lieber nicht rauchen

Selbst wenn es ihnen gelungen ist, während der Schwangerschaft auf Zigaretten zu verzichten, fangen viele Raucherinnen schon kurz nach der Entbindung wieder an zu rauchen. Doch während der Stillzeit sind Babys von rauchenden Eltern doppelt belastet: Zum einen durch die schadstoffbelastete Muttermilch, zum anderen durch die rauchgeschwängerte Raumluft.

Nikotin ist fettlöslich, gelangt sehr schnell in die Muttermilch und erreicht dort dreifach höhere Konzentrationen als im Blut. Die unmittelbare Folge sind schlechtes Trinken, Unruhe, Koliken, Erbrechen und unbefriedigende Gewichtszunahme.

„Dennoch möchten wir auch Raucherinnen weiterhin zu Stillen raten“, betont Professor Koletzko. „Die Ernährung an der Brust bringt für das Baby und seine Entwicklung viele Vorteile.“

Deshalb ist es trotz aller Bedenken immer noch besser, zu rauchen und zu stillen als zu rauchen und nicht zu stillen“.

Rauchende Partner und KollegInnen müssen Rücksicht nehmen!

Leider wird die Gesundheit von Ungeborenen und Babys nicht nur von den Zigaretten der Mutter bedroht, sondern auch durch die Schadstoffe aus dem Zigarettenrauch des Vaters und der Umgebung. Die Stiftung Kindergesundheit fordert deshalb mehr Aufklärung über die Gefahren des Passivrauchens. Notwendig seien auch qualitätsgesicherte Beratungsangebote für Schwangere über die Folgen des Rauchens sowie effektive Entwöhnungsprogramme in Arztpraxen und Kliniken vor, während und nach der Schwangerschaft, um die Gesundheit der Kinder und ihrer Eltern aktiv zu schützen.

Professor Koletzko: „Genauso wie es selbstverständlich ist, einer Schwangeren in der Straßenbahn seinen Platz anzubieten, genauso selbstverständlich müsste es werden, in Gegenwart einer schwangeren Frau nicht zu rauchen. Das gilt für Frauen und Männer gleichermaßen. Rauchen in Anwesenheit von Schwangeren und Kindern kommt einer Körperverletzung gleich.“



Dieses Poster können Sie kostenlos auf der Seite der Stiftung Kindergesundheit herunterladen.

Weitere Informationen finden Sie im Internet auf folgenden Seiten:

www.kindergesundheit.de

www.schwangerundkind.de

www.tabakkontrolle.de

www.dkfz.de

www.bzga.de

Nachdruck kostenlos. Wir freuen uns über einen Beleg.

Bitte helfen Sie uns

Fördern auch Sie die Gesundheit unserer Kinder durch Ihre Spende, die in voller Höhe den Projekten der Stiftung Kindergesundheit zugute kommt.

Mit einem Beitritt zum Freundeskreis der Stiftung Kindergesundheit können Sie die Arbeit der Stiftung regelmäßig fördern.

Mehr Informationen hierzu finden Sie unter:

www.kindergesundheit.de

Spendenkonto Nr.: 520 55 520,

Hypovereinsbank München,

BLZ: 700 202 70

Dieser Newsletter wird
unterstützt von

strukturplan

Agentur für
Print & Kommunikation

www.strukturplan.de