

Rauchen - Nein danke!

(Sollte man das Rauchen verbieten?)

✚ Rauchen schadet der Gesundheit, denn Tabak enthält Gifte (Nikotin, Teer,...)

- Nikotin 1:
 - verengt die Blutgefäße,
 - langsamerer Blutfluss,
 - schlechtere Versorgung der Organe mit Sauerstoff und Nährstoffe
 - Körpertemperatur sinkt,
 - schnellerer Herzschlag ⇒ Blutdruck steigt
 - Gefahr eines Herzinfarktes & Herz-/Kreislaufkrankungen drohen
 - Raucherbein
- Nikotin 2
 - Wirkt auf Nervensystem und macht süchtig, wegen der beruhigenden Wirkung während z. B. Stresssituationen,
 - Herzschlag, Kreislauf, Stoffwechsel und andere selbstständig ablaufende Lebensvorgänge gewöhnen sich an Nikotinzufuhr ⇒ Sucht
- Erhöhte Krebsgefahr (Raucherstraße: Lippenkrebs bis Lungenkrebs)
- Gefahr des Passivrauchens - Passivraucher rauchen immer auf Lunge!!!
- Schädigt das ungeborene Kind im Leib der Mutter
- Rauchen kann beim Kleinkind Asthma auslösen.

✚ Rauchen ist teuer

- 4,- € / Schachtel
- Unkosten im Krankheitsfall (Arzt, Krankenhaus, Therapie, Operation, Arbeitsausfall, verfrühte Rente...) ⇒ gehen zu Lasten der Allgemeinheit

✚ Raucher (sind Umweltschweine) verschmutzen die Umwelt

- Verpesten die Luft immer dort wo sie rauchen, egal ob Nichtraucher anwesend sind;
- Schmeißen ihre Zigarettenstummel überall gedanken- und skrupellos weg (Straße, Wege, Natur, einzelne Kippen und sogar ganze Aschenbecher;

✚ Raucher geben ein schlechtes Vorbild ab

- Kinder und Jugendliche sehen und ahmen nach
- Rauchen machen Erwachsene, wirkt erwachsen, gilt als cool (weil es verboten ist).
- Rauchen gilt als gemütlich und gesellig.
- Rauchen wird verharmlost, man spricht nicht über die negativen Folgen
- Suchtvorbilder - Einstiegsdroge Nikotin

- ✚ Verschmutzt und verstärktert Räume, Tapeten, Möbel, Gardinen und Kleidung
- ✚ Wer Raucher küsst, kann auch Mülleimer lutschen!
- ✚ Rauchen stinkt und macht hässlich (gelbe Zähne; gelbe Finger; graue, schlecht durchblutete Haut...)
- ✚ Rauchen lässt den Geschmackssinn verkümmern
- ✚ Rauchen grenzt die körperliche Leistungsfähigkeit ein
- ✚ Rauchen schwächt das Immunsystem
- ✚ Rauchen hat einen negativen Einfluss auf die erektile Funktion (macht Impotent ⇒ Raucherpenis - gleiche Ursache wie beim Raucherbein)



Ursache Rauchen

Es wird immer wieder die Frage gestellt ob **Rauchen** einen Einfluss auf die erektile Funktion hat. Die Frage kann eindeutig mit ja beantwortet werden. Es wird davon ausgegangen, dass mehr als 25% der Männer um die 50 keine Erektion mehr erreichen. In einer Studie der Universität von Pretoria in Südafrika wurde festgestellt, dass von 116 Männern mit erektiler Dysfunktion (Impotenz) 90% Raucher waren. Weitere große Studien belegten, dass ca. zwei Drittel der impotenten Männer Raucher waren.

Nikotin ist ein sehr starkes Gift, dass auf die Gefäße einen schädlichen Einfluss hat. Es ist allgemein bekannt, dass Nikotin zu einem sogenannten "Raucherbein" führen kann. Wenn man jetzt bedenkt, dass die Penisgefäße einen deutlich kleineren Durchmesser haben kommt es natürlich an diesen kleinen Gefäßen deutlich früher zu einem Gefässschaden. Die Gefäße werden durch die arterielle Schädigung verengt und es strömt deutlich weniger Blut in den Penis. Die Folge ist ein sexuelles Versagen. Es kommt zum "Raucherpenis"

Kann die Potenz durch aufhören mit dem Rauchen wiedererlangt werden? Es gibt Untersuchungen wo festgestellt wurde, dass beim sogenannten Schlaferektionstest die erektile Funktion nach dem Rauchverzicht nach 6 Wochen wieder normal wurde.

Dieser letzte Absatz sollte jeden Raucher mit Potenzstörungen aufhorchen lassen. Was ist Ihnen wichtiger Rauchen oder Sex? Was jetzt zu tun ist müssen Sie ganz alleine entscheiden.

Oft ist die bestehende erektile Dysfunktion auch ein erstes Anzeichen für eine Herzerkrankung. Ebenso wie im Penis gibt es im Herzen sehr kleine Gefäße die ebenfalls durch das Rauchen geschädigt werden. Sollte jetzt eine Impotenz durch Gefäßverengung vorhanden sein, so liegt die Wahrscheinlichkeit nahe, dass auch die Herzgefäße verengt sein können.

Bei organischen Ursachen für Erektionsstörungen unterscheidet man:

1. Störungen bei der Durchblutung (vaskuläre Ursachen), d.h. zu geringe Blutzufuhr (arteriell) oder erhöhter Blutabfluss (sogenanntes "venöses Leck")
2. Schädigungen im zentralen oder peripheren Nervensystem (neurogene Ursachen)
3. Hormonstörungen (endokrine Ursachen)
4. Schädigungen des Schwellkörpergewebes (kavernöse Ursachen)