

## Die drei wichtigsten Schadstoffe in Zigaretten (Lückentext)

Mehr als 3000 \_\_\_\_\_ sind im Zigarettenrauch enthalten.  
Sie werden über die Lunge ins Blut aufgenommen und gelangen so in den Körper.  
Die wichtigsten Schadstoffe sind \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_.

**Nikotin** ist der Stoff der Tabakpflanze, der \_\_\_\_\_ macht.  
In kleinen Mengen wirkt Nikotin \_\_\_\_\_.  
Es führt aber bald zur \_\_\_\_\_ der Blutgefäße  
und damit zur Unterversorgung der Organe mit Blut.  
Daraus folgt eine erhöhte Gefahr für einen Herzinfarkt oder \_\_\_\_\_.

**Kohlenmonooxid** ist ein \_\_\_\_\_.  
Es entsteht bei der Verbrennung von Tabak, kommt aber auch in Autoabgasen vor.  
Kohlenmonooxid blockiert den \_\_\_\_\_,  
weil es sich statt des Sauerstoffs an den roten Blutkörperchen anheftet.  
Die Folge davon ist eine \_\_\_\_\_ der Organe mit Sauerstoff.  
Deshalb muss das Herz schneller schlagen, um den Sauerstoffmangel auszugleichen –  
ein weiterer Grund für das erhöhte Herzinfarkttrisiko bei Rauchern.

**Teerstoffe** lagern sich beim Rauchen in den \_\_\_\_\_ ab.  
Beim Durchschnittsraucher (10 Zigaretten pro Tag) gelangen im Laufe von zehn Jahren etwa 1 kg  
Teerstoffe in die Lunge. Sie zerstören die feinen \_\_\_\_\_,  
die beim gesunden Menschen dafür sorgen, dass die Atemwege von Verunreinigungen und  
Krankheitserregern frei gehalten werden.  
Beim Raucher kommt es zu \_\_\_\_\_ schädlicher Stoffe in den Atemwegen.  
Dadurch entstehen Krankheiten wie ständiger Husten (\_\_\_\_\_),  
Bronchitis und Lungenkrebs.

Achtung: Die gleichen Gefährdungen gelten für \_\_\_\_\_!

### Lückenvörter:

*Kohlenmonooxid - Teer - Verengung – Passivraucher - Gehirnschlag - giftiges Gas -  
Sauerstofftransport - Unterversorgung - süchtig - Atemwegen - Flimmerhärchen - Ablagerungen -  
Nikotin - Raucherhusten - Schadstoffe – anregend*

## Lösungsblatt

Mehr als 3000 Schadstoffe sind im Zigarettenrauch enthalten.  
Sie werden über die Lunge ins Blut aufgenommen und gelangen so in den Körper.  
Die wichtigsten Schadstoffe sind Nikotin, Kohlenmonoxid und Teer.

**Nikotin** ist der Stoff der Tabakpflanze, der süchtig macht.

In kleinen Mengen wirkt Nikotin anregend.

Es führt aber bald zur Verengung der Blutgefäße und damit zur Unterversorgung der Organe mit Blut.  
Daraus folgt eine erhöhte Gefahr für einen Herzinfarkt oder Gehirnschlag.

**Kohlenmonoxid** ist ein giftiges Gas.

Es entsteht bei der Verbrennung von Tabak, kommt aber auch in Autoabgasen vor.

Kohlenmonoxid blockiert den Sauerstofftransport,

weil es sich statt des Sauerstoffs an den roten Blutkörperchen anheftet.

Die Folge davon ist eine Unterversorgung der Organe mit Sauerstoff.

Deshalb muss das Herz schneller schlagen, um den Sauerstoffmangel auszugleichen –  
ein weiterer Grund für das erhöhte Herzinfarktrisiko bei Rauchern.

**Teerstoffe** lagern sich beim Rauchen in den Atemwegen ab.

Beim Durchschnittsraucher (10 Zigaretten pro Tag) gelangen im Laufe von zehn Jahren etwa 1 kg  
Teerstoffe in die Lunge. Sie zerstören die feinen Flimmerhärchen,

die beim gesunden Menschen dafür sorgen, dass die Atemwege von Verunreinigungen und  
Krankheitserregern frei gehalten werden.

Beim Raucher kommt es zu Ablagerungen schädlicher Stoffe in den Atemwegen.

Dadurch entstehen Krankheiten wie ständiger Husten (Raucherhusten),

Bronchitis und Lungenkrebs.

Achtung: Die gleichen Gefährdungen gelten für Passivraucher!

### **Lückenwörter:**

*Kohlenmonoxid - Teer - Verengung – Passivraucher - Gehirnschlag - giftiges Gas -  
Sauerstofftransport - Unterversorgung - süchtig - Atemwegen - Flimmerhärchen - Ablagerungen -  
Nikotin - Raucherhusten - Schadstoffe - anregend*