

Dampfen ist nicht harmlos

Das Dampfen von E-Zigaretten ist ein vieldiskutiertes Thema. Für Nichtraucher sind sie eine schlechte Wahl – Raucherinnen und Raucher sollten sich aber zum Umstieg beraten lassen.

Sibylle Grimm Nafzger

E-Zigaretten sind zwar in der Schweiz noch ein Nischenprodukt, erfreuen sich aber langsam einer grösseren Beliebtheit und sind in allen möglichen Farben und Formen erhältlich. Im Unterschied zu herkömmlichen Zigaretten findet kein Verbrennungsprozess statt. Beim Ziehen am Mundstück erhitzt sich eine Flüssigkeit, das sogenannte «Liquid».

Der erzeugte Dampf wird dann inhaliert. Es gibt Liquids, die Nikotin enthalten und solche ohne Nikotin. Nikotin – also die Substanz, wegen der Raucherinnen und Raucher auch zur Tabakzigarette greifen – macht sehr schnell abhängig. Wichtig für die Sicherheit der Produkte ist, verschiedene «Liquids» nicht zu mischen – vor allem nicht solche, die man in Internetshops ausserhalb der Schweiz oder EU kauft.



Stefanie Knocks.

Der milde Dampf verleitet viele Jugendliche dazu, diese neue Art von Konsum auszuprobieren. Eine Statistik aus der Schweiz zeigt, dass 51 Prozent der Jungen und 35 Prozent der Mädchen im Alter von 15 Jahren im letzten Jahr einmal eine E-Zigarette probiert haben. Der regelmässige Konsum liegt allerdings im einstelligen Bereich.

Die Fachstelle für Abhängigkeits-erkrankungen Bezirk Bülach (fabb) gab anlässlich eines Vortrages einen Überblick über fachliche und politische Standpunkte in Bezug auf E-Zi-



Foto: pixelio.de

garetten. Stefanie Knocks ist Generalsekretärin des Fachverbandes Sucht. Die Referentin zeigte auf, dass in der Schweiz zumindest heute durch den Verkauf von E-Zigaretten noch nicht mehr Menschen rauchen: «E-Zigaretten sind in der Schweiz derzeit ein Nischenprodukt. Die Jugendlichen probieren es aus. Es sind vor allem ehemalige Raucher, die umsteigen. Jugendliche rauchen allgemein weniger, und die Raucherzahlen von Erwachsenen in der Schweiz stagnieren auf hohem Niveau.»

Gesetzliche Regulierung nötig

E-Zigaretten sind relativ neue Produkte. Sie fallen derzeit in den Geltungsbereich des Lebensmittelrechts und werden als Gebrauchsgegenstände behandelt. Für Minderjährige sind sie somit in den meisten Kantonen frei erhältlich. «Um Kinder und Jugendliche zu schützen und die Entstehung einer Nikotinsucht bei Jugendlichen zu vermeiden, müssten E-Zigaretten strikt reguliert und dem Tabakproduktegesetz unterstellt werden», sagt Annette Glaser, Stellenlei-

terin der Fachstelle. «Wir müssen jedoch realistisch bleiben – eine suchtfreie Gesellschaft wird es nie geben»,



Annette Glaser.

ist die Stellenleiterin überzeugt. Bei der Fachstelle in Kloten sind bislang erst vereinzelt Anfragen zu E-Zigaretten eingegangen.

Raucherinnen und Raucher finden in den Schweizer Sucht-

fachstellen auch Beratung zum Ausstieg aus dem Rauchen, dem Umstieg auf E-Zigaretten, oder dem kompletten Ausstieg aus dem Nikotin-Konsum.

Paffen versus dampfen

Viele Fachleute sind sich uneinig, wenn es um die Regulierung des Dampfens geht. Noch fehlt es an Langzeitstudien zu den gesundheitlichen Auswirkungen. «Im Moment deutet alles darauf hin, dass es für Personen, die jetzt schon rauchen,

weniger schädlich ist, E-Zigaretten zu rauchen als brennbare Tabakprodukte.

Eines kann jedoch mit Gewissheit gesagt werden. Wer seinem Körper etwas Gutes tun möchte, fängt mit Rauchen erst gar nicht an», erklärt Stefanie Knocks.

Das sagt die Lungenliga Schweiz

Sie ist der Meinung, dass es sich bei E-Zigaretten nicht um ein harmloses Lifestyle-Produkt handelt. Da die langfristigen gesundheitlichen Auswirkungen des Konsums noch weitgehend unbekannt sind, rät sie deshalb klar vom Konsum ab. Der Konsum von E-Zigaretten kann gemäss neuesten Untersuchungen die Entstehung von Atemwegsentzündungen begünstigen und bei bestehendem Asthma die Symptome verstärken.