



E-Zigaretten/E-Shishas/Tabakerhitzer



Bild: AdobeStock.com/Pavel Shishkin

Einleitung

E-Zigaretten und E-Shishas (elektronische Zigaretten/Shishas) sind seit ca. 2005 bekannt. Bei der E-Shisha ist das Mundstück einer Wasserpfeife nachgeahmt. Beide sehen aus wie Kugelschreiber, funktionieren nach dem gleichen Prinzip und sind in verschiedenen Farben und Aromen erhältlich. Im Folgenden wird deshalb nur von E-Zigaretten gesprochen. 0,4 % der Bevölkerung konsumiert regelmässig E-Zigaretten. Ein Beispiel für eine E-Zigarette, die von jungen Menschen genutzt wird, sind die sogenannten Puff Bars.

Der Konsum von E-Zigaretten nimmt bei den Jugendlichen stark zu. So haben bereits die Hälfte der Knaben (51 %) und ein Drittel der Mädchen (35 %) mindestens einmal in ihrem Leben eine E-Zigarette benutzt (Quelle: Health Behaviour of School-aged children (HBSC) Studie 2018).

Bei Tabakerhitzerprodukten wird gepresster Tabak erhitzt anstatt wie bei herkömmlichen Zigaretten durch eine Flamme verbrannt.

Was geschieht beim Konsum?

E-Zigaretten bestehen aus einem Mundstück, einem Akku, einem Verdampfer und einer Kartusche. In der Kartusche befindet sich das sogenannte Liquid. Das Liquid, das durch Ziehen am Mundstück oder auf Knopfdruck zu Nebel verdampft, wird von den Konsumierenden inhaliert. In den unterschiedlichsten Geschmacksrichtungen wird es mit und ohne Nikotin angeboten.

E-Shishas funktionieren nach dem gleichen Prinzip, sind aber im Gegensatz zu E-Zigaretten für den Einmalgebrauch gedacht.



Tabakprodukte zum Erhitzen bestehen aus Röllchen mit Tabak und einem batteriebetriebenen Hezelement. Anders als beispielsweise bei E-Zigaretten wird bei diesen Produkten keine Flüssigkeit (Liquids) verdampft, sondern Tabak auf 250°C bis 350°C erhitzt. Der dabei entstehende Rauch wird inhaliert. Bei einer herkömmlichen Zigarette verbrennt der Tabak bei etwa 800°C. Heat-not-Burn-Produkte enthalten wie alle Tabakprodukte toxische und krebserregende Inhaltsstoffe sowie Nikotin.

Risiken

Die Prävention ist sich uneinig, wie die Chancen und Risiken von E-Zigaretten und Tabakerhitzerprodukte abzuwägen sind. Ob sie nun zur Tabakentwöhnung beitragen und als Ansatz zur Schadensminderung gesehen werden, oder ob sie aufgrund der süßen Aromastoffe als mögliche Einstiegsprodukte für Jugendliche dienen, darüber ist man sich noch nicht einig.

Grundsätzlich bestehen folgende gesundheitlichen Risiken beim Konsum von nikotinhaltigen E-Zigaretten, E-Shishas, und Tabakerhitzerprodukten:

- Die Inhalation der Grundsubstanz kann eine akute Irritation der Atemwege hervorrufen, mit Nebenwirkungen wie Husten, Reizungen des Mundes/Halses, Übelkeit und Schwindel.
- Die zugesetzten Aromastoffe können zu allergischen Reaktionen führen.
- Bei nikotinhaltigen Liquids besteht die Gefahr der körperlichen Gewöhnung mit einer anschließenden Nikotinabhängigkeit. Nikotin verursacht wiederum Bluthochdruck oder beeinträchtigt die Entwicklung des Gehirns bei Jugendlichen.
- In einigen Liquids wurden krebserregende Stoffe festgestellt, die das Krebsrisiko leicht erhöhen. Dasselbe gilt auch für Passivrauchende durch die gesundheitsschädlichen Rauchpartikel, die an die Umgebung abgegeben werden. Weitere langfristige Auswirkungen sind momentan noch ungeklärt.
- Der Hauptanteil der Schadstoffe in Nikotinprodukten entsteht bei der Verbrennung von Tabak, und bisherige Erkenntnisse zeigen, dass E-Zigaretten weniger Schadstoffe produzieren. Allerdings können gewisse Schadstoffe schon bei geringen Mengen zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen.