

E-Zigarette und E-Shisha

Was ist eine E-Zigarette / E-Shisha?

E-Zigaretten oder E-Shishas werden wie eine herkömmliche Zigarette "geraucht". Anstelle des Rauchs tritt jedoch Dampf bzw. Nebel aus. Sie bestehen in der Regel aus einem Mundstück, einem Akku, einem elektrischen Verdampfer und einer Kartusche, die mit einem "Liquid", einer aromatisierten Flüssigkeit, gefüllt ist. Das Aussehen reicht von Zigarettenimitationen bis hin zu sehr bunten, fast kugelschreiberähnlichen Geräten.



Was wird den tatsächlich eingeatmet?

In der Regel ist die Grundsubstanz eines Liquids Propylenglykol. Hinzugefügt werden diverse Aromenstoffe und häufig auch Nikotin. Propylenglykol wird in der Nahrungs-, Kosmetik-, Pharma-, und Kunststoffindustrie verwendet. Es ist als Lebensmittelzusatzstoff zugelassen, wird aber z.B. auch als Feuchthaltemittel in Kosmetikprodukten, sowie als Frostschutzmittel und Enteisungsmittel in der Industrie verwendet.

Die Aromastoffe sind je nach Produkt sehr unterschiedlich. In verschiedenen Liquids wurden auch krebserzeugende Substanzen, wie z.B. Formaldehyd, Acetaldehyd, Acrolein, Nickel und Chrom festgestellt.

Weil E-Zigaretten in der Schweiz unter den Wirkungsbereich des Lebensmittelgesetzes fallen, sind hierzulande nur nikotinfreie Produkte frei käuflich. Nikotinhaltige Kartuschen können jedoch für den Eigenbedarf aus dem Ausland, z.B. übers Internet, bestellt werden.

Eine "gesunde Zigarette"?

Die Produktsicherheit von E-Zigaretten und E-Shishas ist leider überhaupt nicht gewährleistet. Die rechtliche Lage ist in der Schweiz ungeklärt und die meisten Produkte unterliegen weder einer Kontrolle der Inhaltsstoffe, noch gibt es gesetzliche Standards für die Reinheit der Inhaltsstoffe. Z.T. wurden grobe Abweichungen der angegebenen Nikotinmenge festgestellt. Auch in vermeintlich nikotinfreien Produkten konnte z.T. Nikotin nachgewiesen werden. Bei nikotinhaltigen Liquids bleibt das Suchtpotential ähnlich hoch wie bei einer herkömmlichen Zigarette.

Nebenwirkungen

Mögliche kurzfristige Nebenwirkungen von E-Zigaretten sind Atemwegsreizungen, trockener Husten, Schwindel, Übelkeit und allergische Reaktionen. Eine längerfristige schädigende Wirkung neben der bekannten Nikotinabhängigkeit ist zurzeit noch zu wenig erforscht. Ausserdem variieren die Inhaltsstoffe zu stark, um allgemeingültige Aussagen treffen zu können. Die eidgenössische Tabakprävention fordert deshalb ein generelles Verbot für E-Zigaretten auf dem Schweizermarkt bis das Gefährdungspotential geklärt ist.

Aus- oder Einstiegsprodukt?

Die E-Zigarette wird oft als Raucherentwöhnungshilfe angepriesen. Studien dazu sind jedoch wenig aussagekräftig. Fachleute hingegen diskutieren, ob E-Zigaretten nicht eher als Einstieg in den Tabakkonsum zu betrachten sind. Gerade die süßen Aromen, von Schoggi bis Kaugummi, sind für Kinder und Jugendliche sehr attraktiv. Der unangenehme Rauch von herkömmlichen Zigaretten, welcher beim Einatmen eine gewisse Überwindung erfordert, fällt vollständig weg und es werden Verhaltensmuster, wie beim herkömmlichen Rauchen eingeübt.

Empfehlung an Schulen

Solange keine gesetzliche Regelung besteht und eine schädigende Wirkung nicht ausgeschlossen werden kann, wird den Schulen empfohlen, das generelle Rauchverbot auch auf alle E-Zigaretten und E-Shishas auszuweiten, unabhängig davon, ob mit oder ohne Nikotin. Darüber hinaus sollten Schülerinnen und Schüler über die Inhaltsstoffe und die mögliche schädigende Wirkung aufgeklärt werden.