

Ist Dampfen Sicherer als Rauchen?

Glaubst du, elektronische Zigaretten seien gesund? Sie mögen cool und trendy daherkommen, dank einer neuen Generation von Pods, die wie ein USB-Speicherstick aussehen! Juul, Logic, myBlu, MYLE, PHIC etc. wirken alle sehr high-tech, aber sind sie unschädlich? Juul wird als das iPhone unter den E-Zigaretten bezeichnet, und ein Teil seines Erfolgs in den Vereinigten Staaten ist ihm Aussehen geschuldet. In nur einem Jahr hat der Gebrauch von elektronischen Zigaretten an den weiterführenden Schulen um 78 % zugenommen, sodass jetzt 3 Millionen Kinder dampfen, also einer von fünf Teenagern! Die US-Zulassungsbehörde FDA (Food and Drug Administration) hat das Dampfen zu einer „Epidemie“ erklärt und den E-Zigaretten-Firmen, besonders Juul, strenge Sanktionen angedroht.

E-Zigaretten-Firmen wissen, wie man die Jugendkultur anzapft: Juul hat seine Produkte massiv in den Sozialen Medien beworben, wobei es dieselbe Bildsprache wie die Tabakindustrie verwendet, um durch Sex-Appeal, Rebellentum und Unabhängigkeit eine neue Generation von Rauchern in die Falle zu locken. Dieses Marketing verkündet die Botschaft, E-Zigaretten seien cool, machten Spaß, ja seien sogar notwendig und ungefährlich. Die britische Gesundheitsbehörde Public Health England hat am meisten dazu beigetragen, E-Zigaretten zu fördern,



indem sie erklärte, sie seien zu 95 % weniger schädlich als Tabakzigaretten. Doch sind sie das wirklich?

Beinahe alle E-Zigaretten enthalten Nikotin, welches eine äußerst abhängig machende Droge ist; Nikotin macht genauso stark abhängig wie Heroin. Es ist bewiesen, dass Nikotin bei Teenagern die normale Gehirnfunktion verändert. Nikotin erhöht ebenfalls das Risiko für Herz- und Lungenkrankheiten sowie Magen-Darm-Störungen, es vermindert die Immunabwehr und reduziert die Fortpflanzungsfähigkeit. Nikotin schadet der normalen Entwicklung von Föten und kann bei Neugeborenen Nikotinentzugssymptome verursachen. Nikotin bewirkt ebenfalls, dass Krebszellen aggressiver werden.

E-Zigaretten-Aromen wie Zuckerwatte, Gummibärchen, Bubble Gum und Fruchtgeschmack sprechen in hohem Maße Teenager ebenso wie Kinder an. Wenn du erst mit dem Dampfen angefangen hast, magst du diese süßen Aromen und willst mehr davon, doch dieses Noch-mehr-Wollen wird auch durch das Nikotin erzeugt, von dem du abhängig geworden bist. Es wurde immer wieder nachgewiesen, dass die Aromen Kinder und Jugendliche zum Dampfen verführen. Die Tabakindustrie machte dasselbe mit aromatisierten Tabakzigaretten, um Kinder vom Rauchen abhängig zu machen, bis jene Aromen verboten wurden.

Enthalten Elektronische Zigaretten etwas Schädliches?

Der Dampf elektronischer Zigaretten enthält eine Mischung aus gefährlichen Karzinogenen und Toxinen wie Akrolein, Arsen, Benzol, Kadmium, Diacetyl, Formaldehyd, Blei und Toluol. Nikotin ist in flüssiger Form tödlich, wenn es eingenommen wird, und leider sind bereits Kinder und Haustiere gestorben, weil sie das E-Liquid verschluckt haben. Nachgewiesenermaßen verursacht das Dampfen frühe Anzeichen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Lungenkrankheiten einschließlich Emphysem und COPD, Zahnfleischerkrankungen sowie Mundhöhlenkrebs. Bei Föten können Veränderungen in der Genexpression des Gehirns zu psychischen Problemen und Entwicklungsstörungen führen. E-Zigaretten-Dampf löst Gewebnekrose bei Wunden aus, wodurch die Wundheilung stark verzögert wird. Alle diese gesundheitlichen Auswirkungen sind vergleichbar mit den Wirkungen des Rauchens. Nikotinsalze, die in den

Inhaltsstoff	Wirkung
Akrolein (Aldehyd)	Enger Zusammenhang mit Lungenkrebs
Acetaldehyd	Karzinogen der Klasse 1; schädigt die DNA
Nikotin	Äußerst abhängig machend; kann Krebs verursachen
Propylenglykol (Frostschutzmittel)	Reizung von Augen, Rachenraum und Luftwegen, Asthma
Toluol	Schädigt Nieren und Fortpflanzungsfähigkeit

Tab. 1: E-Zigaretten enthalten viele derselben schädlichen Substanzen wie Tabakzigaretten.

neuartigen E-Zigaretten-Behältern eingesetzt werden, wurden in den 1940er-Jahren ursprünglich als Insektizide entwickelt!

Elektronische Zigaretten sind für die Menschen auch zu einer beliebten Art geworden, um Cannabis zu rauchen. Es ist eine Tatsache, dass Cannabis bei jungen Menschen die Gehirnentwicklung dauerhaft schädigen kann. Cannabis hat viele andere negative gesundheitliche Auswirkungen wie Sucht, Neurosen und körperliche Beschwerden. Werf einen Blick auf unsere Cannabis-Broschüre für zusätzliche Informationen.

Helfen Elektronische Zigaretten den Menschen dabei, mit dem Rauchen Aufzuhören? Oder Sind Sie ein Einstieg zum Rauchen?

Forschungsergebnisse zeigen, dass Raucher, die anfangen zu dampfen, mit 28 % geringerer Wahrscheinlichkeit mit dem Rauchen aufhören! Rund 85 % der Raucher, die zu E-Zigaretten greifen, um vom Rauchen loszukommen, gelingt dies nicht und sie fahren fort zu rauchen. E-Zigaretten sind nur eine andere Art, um einen Nikotin-„Hit“ zu bekommen! Raucher, die dampfen, nutzen die Gelegenheit, an Orten zu dampfen, wo das Rauchen nicht gestattet ist, rauchen jedoch weiterhin an den Orten, wo sie es können.

Wenn du erst begonnen hast zu dampfen, wirst du auch eher Tabakzigaretten ausprobieren. Wiederholt haben Studien in den USA und Großbritannien nachgewiesen, dass Kinder und Teenager, die mit dem Dampfen

beginnen, 4- bis 6-mal häufiger Tabakzigaretten ausprobieren als jene, die nie E-Zigaretten geraucht haben. Man hat herausgefunden, dass junge Erwachsene (18- bis 30-Jährige), die nie geraucht haben, aber begonnen haben zu dampfen, mit einer nahezu 7-mal höheren Wahrscheinlichkeit später auch Tabakzigaretten ausprobieren! Es gibt keinen Zweifel, dass das Dampfen ein Einstieg zum Rauchen ist!

Secondhand-Dampfen (Passiv-Dampfen)

Wenn jemand in deiner Nähe Dampf ausatmet, wirst du ultrafeine Partikel von Nikotin, Karzinogenen und anderen Giften einatmen, besonders in Innenräumen. Eltern, die im Beisein ihrer Kinder dampfen, sollten dies überdenken, und sie sollten nicht im Auto dampfen, da dies für ihre Kinder und Haustiere sehr gefährlich sein kann. Es konnte sogar festgestellt werden, dass das Dampfen „aus dritter Hand“ eine Tatsache ist. Ultrafeine Nikotinpartikel befinden sich auch auf Oberflächen, die mit dem Dampf in Kontakt gekommen sind, und können, wenn man sie berührt, über die Haut absorbiert werden.

Hat das Dampfen Langfristige Vorteile („Schadensminderung“ bei der Bevölkerung)?

Die Akademie der Wissenschaften der Vereinigten Staaten führte eine Untersuchung anhand von 800 veröffentlichten Studien zu E-Zigaretten durch. Es ist schwierig, etwas über die langfristigen Auswirkungen des Dampfens zu sagen, da es noch neu ist. Dennoch kam die Akademie zum Schluss, dass langfristig gesehen (in 50 Jahren, wenn die Kinder, die jetzt dampfen, in ihren Sechzigern sind) aufgrund des massiven Aufgreifens von E-Zigaretten durch Kinder und junge Erwachsene die Gesundheit der Bevölkerung höchstwahrscheinlich schlechter sein wird. Da das Dampfen nachweislich ein Einstieg zum Rauchen ist, ist diese Schlussfolgerung logisch. Das Dampfen wird in den kommenden Jahren in derselben Weise, wie es Tabakprodukte immer noch tun, massive Gesundheitsprobleme verursachen, da die Forschung bereits ähnlich negative gesundheitliche Auswirkungen aufzeigt. Jedes Jahr sterben weltweit 7 Millionen Menschen am Rauchen. Die E-Zigaretten-Konsumenten werden bald zur Erhöhung dieser Zahl beitragen!

Was Kannst Du Tun?

1. Setze ein gutes Beispiel für dich selbst, deine Familie und Freunde, indem du weder dampfst, rauchst noch irgendwelche Drogen nimmst.
2. Informiere dich und dann deine Familie, Freunde und die Schule über die Gefahren des Dampfens. Schau dir für detailliertere Informationen unser Fact Sheet an.
3. Schreibe an deine örtlichen Behörden und verlange rauch- und dampf-freie Außen- und Innenräume für Kinder und besonders ein vollständiges Verbot sämtlicher süßen und fruchtigen E-Liquid-Sorten in Geschäften sowie ein Verbot von E-Zigaretten-Läden.
4. Schreibe an Politiker, um die Fakten über das Dampfen darzulegen, und verlange, dass E-Zigaretten auf dieselbe Weise wie Tabakprodukte behandelt werden – dass sie in Geschäften und Tankstellen von der Öffentlichkeit ferngehalten werden und das Dampfen im öffentlichen Raum einschließlich Parks und Spielplätzen verboten wird.
5. Wenn du jemanden kennst, der oder die dampft: Eine der besten Methoden, um damit komplett aufzuhören, stammt von Allen Carr in seinem Buch „Endlich Nichtraucher!“.



Wir beantworten jederzeit gerne weitere Fragen!

The World Foundation for Natural Science

World Headquarters

P.O. Drawer 16900, Washington, DC 20041, U.S.A.

☎-Tel. +1(703)631-1408 ✉-Fax +1(703)631-1919

✉-E-mail: HQ@NaturalScience.org

Hauptsitz für Europa

Postfach 7995, CH-6000 Luzern 7, Schweiz

☎-Tel. +41(41)798-0398 ✉-Fax +41(41)798-0399

✉-E-Mail: EU-HQ@NaturalScience.org

03/19



The World Foundation for Natural Science
The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church
*Restoring and Healing the World through Responsibility and
Commitment in accord with Natural and Divine Law!*



**Elektronische Zigaretten:
SO GEFÄHRlich WIE
TABAKZIGARETTEN!**