

Informationsblatt zu E-Zigaretten / E-Shishas

Begriffe und Funktionsweise

Namen hat sie viele, die elektrische Zigarette: eZigarette, e-shisha, Wasserpfeife to go, eHookah, elax, vaporiser usw. Sie besteht aus einem Akku, einer Verdampfer-Einheit und einer Kartusche mit der zu verdampfenden Flüssigkeit („Liquid“). Einige Produkte enthalten zudem eine LED-Leuchte, um das Glimmen einer Zigarette nachzuahmen.

Die Flüssigkeit enthält Glycerin und Propandiol, welche verdampft werden und als Trägersubstanz dienen. Der entstehende Dampf wird von den Konsument/innen eingeatmet. Meist sorgen künstliche Aromen für einen speziellen Geschmack (z.B. Apfel, Erdbeere, Vanille, Pinacolada, Grappa, usw.). Darüber hinaus gibt es „Liquids“ mit und ohne zugesetztem Nikotin.

E-Zigaretten sind seit einigen Jahren als Einweg-Geräte oder mit nachfüllbaren Containern auf dem Markt. Seit kurzer Zeit werden vermehrt Produkte mit der Bezeichnung E-Shisha beworben, die üblicherweise Einweg-Geräte mit Aromastoffen und ohne Nikotin sind.

Wirkung und Gefahren

Inhaltstoffe

Die (wenigen) vorliegenden Studien und toxikologischen Analysen zu E-Zigaretten lassen derzeit keine verlässliche Einschätzung der gesundheitlichen Auswirkungen elektrischer Zigaretten zu. So ist nichts darüber bekannt, ob und wie sich die Inhalation der von den E-Zigaretten erzeugten Dämpfe langfristig auf die Gesundheit auswirkt. Insbesondere könnten möglicherweise vorhandene Verunreinigungen gesundheitsschädlich sein.

Das in den „Liquids“ enthaltene Propandiol kann Reizungen der Augen und des Rachens auslösen und allergische Reaktionen hervorrufen. Es gibt auch Berichte über den Nachweis des krebserregenden Formaldehyds in E-Shishas.

E- und „echte“ Zigaretten im Vergleich

„Dampfen“ kommt dem Raucherlebnis von Zigaretten nahe. Es führt zu keinem unangenehmen Geruch von Kleidern und zu keinen Verfärbungen. E-Zigaretten mit Nikotin können das Verlangen nach Tabak und auftretende Entzugssymptome nach dem Rauchstopp verringern. Es ist derzeit aber nicht erwiesen, ob E-Zigaretten Rauchende bei einem dauerhaften Rauchstopp unterstützen können. Schließlich gehört dazu auch eine Verhaltensänderung, um die psychische Abhängigkeit erfolgreich überwinden zu können.

Suchtgefahr

Wird eine E-Zigarette mit einer Nikotin-haltigen Flüssigkeit bestückt, hat ein regelmäßiger Konsum ebenfalls eine körperliche Abhängigkeit zur Folge. Zudem verengt das Nikotin gleich wie beim Konsum von Tabakprodukten die Blutgefäße und stört die Durchblutung.

Bei Liquids, die kein Nikotin enthalten, besteht keine Gefahr einer körperlichen Abhängigkeit vom Nikotin. Die Konsumart der E-Zigarette und der normalen Zigarette sind aber sehr ähnlich. Damit rückt möglicherweise der nächste Schritt, nämlich eine echte Zigarette oder Shisha zu probieren, näher.

Rechtliche Situation

Der Tiroler Landtag hat am 16.12.2015 eine Novelle des Tiroler Jugendförderungs- und Jugendschutzgesetzes beschlossen, das E-Zigaretten, E-Shishas etc. dem Tabak gleichstellt. Laut dem neu eingeführten Paragraphen 18b sind somit für Jugendliche unter 16 Erwerb und Konsum in der Öffentlichkeit verboten, und an sie dürfen keine derartigen Produkte weitergegeben werden.

Auch in der aktuellen Fassung des Tabak- und Nichtraucherinnen- bzw. Nichtrauchererschutzgesetzes sind elektronische Zigaretten und Liquids den Tabakerzeugnissen gleichgestellt.

- Stadt Zürich / Suchtpräventionsstelle (2014): E-Zigarette / E-Shisha. <http://www.stadtzuerich.ch/content/dam/stzh/ssd/Deutsch/Gesundheit%20Praevention/Suchtpraevention/Formulare%20und%20Merkblaetter/pdfs%20Substanzen/E-Zigaretten.pdf>
- Stiftung Maria Ebene/SUPRO (2013): Der eDampf steigt auf! <http://www.supro.at/der-edampf-steigt-auf/>
- Österreichische ARGE Suchtvorbeugung (2014): Stellungnahme der ARGE-Suchtvorbeugung. Unveröffentlichtes Papier.