

## Gesundheitliche Risiken durch E-Zigaretten

Mit E-Zigaretten vom Regen in die Traufe? Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hat Ende Jänner 2020 festgehalten, dass sowohl **nikotinhaltige** als auch **nikotinfreie** E-Zigaretten die Gesundheit beeinträchtigen. Auch „Allgemeine+“ berichtet, dass E-Zigaretten **nicht** wirklich eine „**gesündere**“ Alternative darstellen. Vor allem **Mischkonsum** zwischen herkömmlichen Tabakwaren und E-Zigaretten **erhöht das Risiko zu erkranken** noch zunehmend. Beim „Dampfen“ atmen die Konsument\*innen keinen Wasserdampf, sondern **Aerosole mit unterschiedlichen, möglicherweise giftigen Substanzen** ein, was zur einer akuten „**Dampferkrankheit**“ führen kann. Gekennzeichnet durch Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Husten und in schweren Fällen einem akuten Atemnotsyndrom. In den USA wurden im Vorjahr 26 Todesfälle beschrieben. Es wird vor allem **nachdrücklich** davon **abgeraten Liquide selbst zu mischen!**

**Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ)** hält dazu unter anderem fest:

- E-Zigaretten sind **gesundheitlich bedenklich**.
- Eine **Langzeitgefährdung** kann nicht ausgeschlossen werden.
- E-Zigaretten halten das Rauchritual aufrecht und **erschweren so evtl. den Rauchstopp**.

**Univ-Prof. Dr. Manfred Neuberger** vom Zentrum für Public Health der Medizinischen Universität Wien **warn**t hier **vor allem Ex-Raucher\*innen** davor, auf E-Zigaretten zurückzugreifen, da sie ein Raucherrisiko in Höhe von 68 Prozent eingehen und auch **Rückfälle in die Nikotinsucht** und in das Tabakrauchen riskieren. Bei einem Rauchstopp seien alle anderen Möglichkeiten dem Umstieg vorzuziehen. Anders als häufig beworben, stellen E-Zigaretten somit **keine Alternative** für Raucher\*innen dar.

Das **Positionspapier** der **Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin e.V. (DGP)** kritisiert insbesondere folgende Punkte:

- Die **freie und unregulierte Verkäuflichkeit** von Verdampfungsprodukten ist aus medizinisch-wissenschaftlicher Sicht **nicht akzeptabel**.
- **Langzeiteffekte** sind noch viel **zu wenig bekannt**. Zudem liegt der Verdacht nahe, dass auch Nikotin selbst kanzerogen (krebserregend) wirksam sein kann.
- Entwöhnungswillige **Raucher\*innen sollten auf qualitätsgesicherte Programme zurückgreifen**.
- **Jugendlich-affine Geschmacksrichtungen stimulieren Jüngere** zu „vermeintlich harmlose“ Konsum und möglicherweise einem Einstieg in konventionelles „Rauchen“.

Unternehmen bietet der **AMD Salzburg** gemeinsam mit dem **AVOS** spezielle **Nichtraucher-Schulungen** an. Binnen sechs Terminen werden die Teilnehmer\*innen von geschulten Psycholog\*innen auf den Rauchausstieg vorbereitet, den Zeitpunkt legen die Beteiligten dabei selbst fest. Neben professionellen Inputs hilft dabei vor allem auch der Austausch in der Gruppe – etwa beim Umgang mit möglichen Rückfällen.

**Für weitere Informationen** stehen Ihnen Ihre Präventivkräfte des AMD Salzburg gerne zur Verfügung. Besuchen Sie auch unsere Homepage **[www.amd-sbg.at](http://www.amd-sbg.at)**.