15. Oktober 2015

# ÖGP-Kongress 2015:

**E-Zigarette und Shisha – die Rückkehr des Rauchens in neuem Gewand**

**Wasserpfeifen und E-Zigarettendunst – nichts als ungesund. Vielleicht „chic“, „cool“ oder „traditionell“ – im Endeffekt aber Tabakgefahren in neuem (?) Gewand. Experten\* warnen beim Kongress der Österreichischen Gesellschaft für Pneumologie (ÖPG) vor den gerade bei der Jugend so beliebten „neuen Rauchformen“.**

Klingt ja alles verführerisch – und ist ganz im Interesse der Geschäftemacher, die mit ihren „neuen Rauchprodukten“ natürlich Umsätze machen wollen: Das Rauchen von Wasserpfeifen als „traditionelle Gastfreundlichkeit“ in gemütlicher Runde, der Nikotinkonsum via E-Zigaretten. Argumentiert wird auch mit Gesundheitsargumenten. „Nichts daran ist aber wahr“, meint dazu Dr.in Martina Pötschke-Langer, Leiterin der Stabsstelle Krebsprävention am Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ/Heidelberg). „Es sind nur die alten Verführer in neuem Gewand“.

Das sind zunächst die E-Zigaretten, führte die Expertin aus Anlass der Jahrestagung der Österreichischen Gesellschaft für Pneumologie (ÖPG) in Graz (15. bis 17. Oktober) aus. Sie hat dazu auch an einem Memorandum des DKFZ mitgearbeitet: „E-Zigaretten sind gesundheitlich bedenklich: Mit jedem Zug inhaliert der Konsument ein Chemikaliengemisch aus Propylenglykol und/oder Glyzerin, Aromen und zumeist Nikotin. Das Aerosol einiger untersuchter E-Zigaretten enthält Kanzerogene.“ Zwar sei ihre Menge gering, doch bei solchen Gemischen gibt es keinen Schwellenwert, unter dem Unbedenklichkeit anzunehmen ist.

Nur ein Beispiel für die Problematik der E-Zigaretten, wie die deutsche Expertin betonte: „Die kurzfristige Exposition mit Propylenglykol-Nebel löst Atemwegs-Irritationen aus. Auch können manche der verwendeten Aromastoffe als Kontaktallergene wirken.“ Und dann ist da natürlich das Nikotin. „Es macht abhängig, fördert das Wachstum bestehender Tumore und steht im Verdacht, Krebs zu erzeugen. Zudem schädigt Nikotin während der Schwangerschaft das Ungeborene.“

Die Crux: Bei Tabakprodukten treten die gefährlichsten gesundheitlichen Konsequenzen erst nach Jahren und Jahrzehnten auf. Deshalb kann niemand sagen, was die erst seit wenigen Jahren verwendeten E-Zigaretten für ein Langzeitrisiko haben und bei den Konsumenten tatsächlich anrichten.

**Passiv-E-Zigarettenrauch**

Junge Menschen benutzen häufiger nikotinfreie und nikotinhaltige E-Zigaretten als Erwachsene. Sieben Prozent der Gesamtbevölkerung in Deutschland und rund ein Viertel der jugendlichen und jungen erwachsenen Raucher haben schon einmal eine E-Zigarette ausprobiert. Zwar können E-Zigaretten für Raucher eine weniger schädliche Alternative zum Rauchen sein, für Jugendliche und Nichtraucher sind sie jedoch aus mehreren Gründen vollkommen ungeeignet. Im Endeffekt geht es auch um das „Einüben“ des Rauchens – und womöglich den späteren Wechsel zum „harten Tobak“.

Und dann ist da auch noch das Passivrauchen, das auch bei E-Zigaretten eine Rolle spielt. Dr.in Martina Pötschke-Langer: „Für den Konsum von E-Zigaretten in Innenräumen gilt: Das Aerosol belastet die Innenraumluft. E-Zigaretten geben gesundheitsgefährdende und potenziell gesundheitsgefährdende Stoffe in die Raumluft ab; dazu gehören Propylenglykol, Glycerin, Nikotin und Aromen mit allergener Wirkung wie Eugenol und Benzylalkohol sowie geringe Mengen von Kanzerogenen wie Formaldehyd, Acetaldehyd, Acrolein und gesundheitsschädliche Metalle wie Nickel.“

Auch feine und ultrafeine Flüssigkeitspartikel entstehen – diese können bis in tiefe Regionen der Lunge vordringen und werden dann vom Körper aufgenommen. Dank der geltenden Nichtraucherschutzgesetze sind inzwischen die meisten Arbeitsplätze und öffentlichen Gebäude rauchfrei. Für die E-Zigaretten darf es da keine Ausnahme geben.

Generell sollten laut der deutschen Expertin folgende Grundsätze gelten: Gleiche gesetzliche Regulierung für nikotinhaltige und nikotinfreie E-Zigaretten, Verkaufsverbot an Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren, Verbot von tabakfremden Aromen, die den Gebrauch von E-Zigaretten attraktiver machen, insbesondere für Kinder. Werbeverbot, Verwendungsverbot in Nichtraucherbereichen, rigorose Standards für die Produktsicherheit und Besteuerung wie bei Tabakprodukten sind die weiteren Eckpunkte.

**Verführerische Wasserpfeife**

Eine andere Herausforderung bedeutet die zunehmende Verbreitung des Konsums von Tabak, nikotinfreien „Kräuter“- und Fruchtmischungen, von Melasse-Gel etc. mittels Wasserpfeife dar. Elektrische Wasserpfeifen sind da ebenfalls en vogue – und letzten Endes ist die E-Zigarette nichts anderes als eine „Shisha to go“.

„27% aller Jugendlichen in Deutschland, 30,5% der Jungen und 24,5% der Mädchen, haben schon einmal E-Inhalationsprodukte (E-Zigarette, E-Shisha) ausprobiert. Knapp ein Drittel aller Zwölf- bis 17-Jährigen hat schon einmal eine traditionelle Wasserpfeife geraucht, Jungen häufiger als Mädchen“, betonte die Expertin. Einer aktuellen Befragung (2015) in Deutschland nach liegt die Häufigkeit des Gebrauchs innerhalb des vorangegangenen Monats in dieser Altersgruppe immerhin bei zehn Prozent.

**Die buchstäbliche Verführung**

Die buchstäbliche Verführung – Tabakkonsum oder Ähnliches in „fröhlicher Runde“, „Kulturtradition“ etc. – fußt neben dem Odium von „Gruppenerlebnis“, „Gemütlichkeit“ und „Entspannung“ auf durchaus falschen Vorstellungen: Entgegen den oft geäußerten Annahmen, filtert Wasser nicht den Rauch. Das Nikotin und die Schadstoffe sind genauso wirksam wie beim sonstigen Tabakrauchen.

„Man hat 82 verschiedene schädliche Substanzen im Wasserpfeifenrauch identifiziert, darunter Krebs erzeugende oder dafür im Verdacht stehende Stoffe“, sagte Dr.in Martina Pötschke-Langer. Polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK) aus der verbrennenden Kohle, toxische Metalle, Benzol, Toluol, Feinstaubpartikel, Kohlenmonoxid und Ähnliches sind im „blauen Dunst“ der traditionellen Shisha zu finden. Dazu kommt natürlich das Nikotin. Schließlich: „Der Rauch aus tabakfreien Wasserpfeifenzubereitungen enthält außer Nikotin dieselben Schadstoffe wie der Rauch aus Wasserpfeifentabak.“ In Innenräumen gibt es natürlich auch die Problematik des Passivrauchens.

Fazit: In Sachen Gesundheit verhält sich die oft verschnörkelte Wasserpfeife nicht anders als Zigaretten & Co: Herz-Kreislauferkrankungen, Lungenleiden wie COPD und Lungenkarzinome (und auch andere Krebsleiden), Schwangerschaftskomplikationen etc. drohen ihren Konsumenten.

**\*** *Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde im Text auf eine gendergerechte Schreibweise verzichtet. Sofern nicht anders vermerkt, gelten alle Bezeichnungen sowohl für Frauen als auch für Männer.*

**Rückfragen**

Urban & Schenk medical media consulting

Barbara Urban: 0664/41 69 4 59, barbara.urban@medical-media-consulting.at

Mag. Harald Schenk: 0664/160 75 99, [harald.schenk@medical-media-consulting.at](mailto:harald.schenk@medical-media-consulting.at)