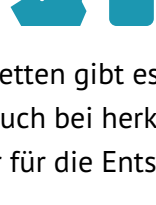


E-ZIGARETTEN DIE AUSWIRKUNGEN

Mit dieser Infostory zeigen wir dir, welche Auswirkungen der Konsum von E-Zigaretten auf **dich**, **deine Mitmenschen** und die **Umwelt** hat.

KEIN NIKOTIN - KEINE GEFAHR?



Das Liquid von E-Zigaretten gibt es sowohl mit als auch ohne Nikotin. Nikotin ist, wie auch bei herkömmlichen Zigaretten, ein entscheidender Faktor für die Entstehung einer Abhängigkeit.

Was ist Nikotin?



Warum macht Rauchen abhängig?



INHALTSSTOFFE DER LIQUIDS

Propylenglykol

kann zu Atemwegsreizungen führen und allergische Reaktionen hervorrufen

Linalool

Duftstoff, der ähnlich wie Maiglöckchen riecht und Allergien auslösen kann

Wasser

Ethylmaltol (E 637)

macht abhängig, kann krebserregend sein

Glycerin

Zuckeralkohol und ungefährlich

Ethanol

"gewöhnlicher" Alkohol und ungefährlich

Nikotin

macht abhängig, kann krebserregend sein



In einer Studie wurden toxische (also giftige) Feinpartikel und krebserregende Stoffe in den Liquids gefunden.

Hier kommst du zur Studie:



Die Inhaltsstoffe der E-Zigaretten-Liquids **scheinen weniger gefährlich** als die Inhaltsstoffe von herkömmlichen Zigaretten zu sein. Diese findest du hier:

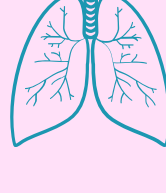


Jedoch ist es **noch sehr unklar**, was die chemischen Inhaltsstoffe vor allem für langfristige Auswirkungen auf deinen Körper haben.

WIE SCHADET DIR DAS DAMPFEN?

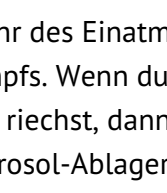


- Schädigung des Herz-Kreislauf-Systems
- erhöhter Blutdruck und Freisetzung von Stresshormonen durch das Nikotin



- Belastung der Atemwege
- Irritationen, also Reizungen
- Entzündung der Bronchien
- chronischer Husten
- höheres Risiko für Atemwegserkrankungen (z.B. Asthma)

RAUCH UND DAMPF "AUS DRITTER HAND"...

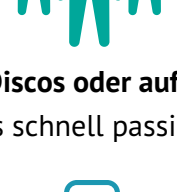


... beschreibt die Gefahr des Einatmens von Ablagerungen des E-Zigaretten-Dampfs. Wenn du z.B. in einer Wohnung E-Zigarette-Rauch riechst, dann kannst du kleinste Partikel der Aerosol-Ablagerungen einatmen

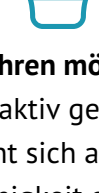


Auch beim Konsum von E-Zigaretten können sich Rückstände auf Oberflächen festsetzen und somit Nicht-Konsumierenden schaden.

PASSIV-DAMPFEN

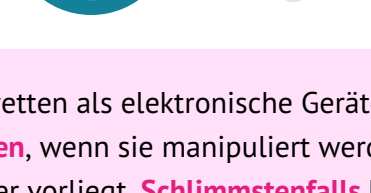


Besonders **vor Discos oder auf einer Party** kann das schnell passieren.



Gesundheitsgefahren möglich, auch wenn selbst nicht aktiv gedampft wird. Zum Beispiel erhöht sich auf Dauer das Risiko für Kurzatmigkeit oder Husten.

GEFAHREN



E-Zigaretten als elektronische Geräte **können explodieren**, wenn sie manipuliert werden oder ein Fehler vorliegt. **Schlimmstenfalls** kann es zu Verbrennungen durch Explosionen kommen.

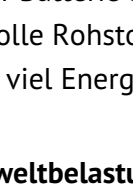


Besonders Kinder müssen von (E-)Zigaretten ferngehalten werden, da Geräte auslaufen oder Kinder das giftige E-Liquid verschlucken können. Dadurch kann es zu **lebensbedrohlichen Situationen** kommen.

AUSWIRKUNGEN AUF DIE UMWELT



Grundsätzlich müssen alte Elektrogeräte gesondert entsorgt werden.



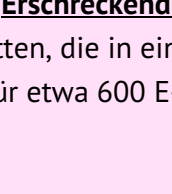
Der Müll einer E-Zigarette besteht aus Plastik, Metall, einem Mikroprozessor und einer Batterie bzw. einem Akku. Für die Herstellung werden wertvolle Rohstoffe wie Erdöl und Metalle, sowie sehr viel Energie benötigt.

Umweltbelastung

durch Nikotinrückstände in Nachfüllbehältern und E-Zigaretten sowie durch das verwendete Blei. Ebenso bestehen die leeren Nachfüllbehälter aus Plastik



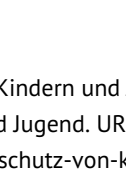
Einweg-E-Zigaretten produzieren **viel Müll**. Ebenso auch Geräte, bei denen die Einzelteile nicht ausgetauscht werden können. Einweg-E-Zigaretten werden nach ca. 400 - 500 Zügen einfach weggeworfen



Erschreckend:

Mit den Rohstoffen der Einweg-E-Zigaretten, die in einem Jahr in Großbritannien weggeworfen wurden, hätten 1.200 Batterien für etwa 600 E-Autos produziert werden können.

Die Auswirkungen durch den E-Zigaretten-Konsum haben also nicht nur auf deine eigene Gesundheit oder auf die Gesundheit deiner Mitmenschen einen negativen Einfluss, auch die Umwelt leidet. Unter Umständen sind sogar Leben in Gefahr - und das sollte nicht auf die leichte Schulter genommen werden.



Und nicht zu vergessen:

Der Konsum von E-Zigaretten (mit und ohne Nikotin) ist durch das Jugendschutzgesetz für Jugendliche sowieso untersagt.

Quellen:

1. E-Zigaretten und E-Shishas: Gesetz zum Schutz von Kindern und Jugendlichen tritt in Kraft. (2016, 1. April). Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. URL: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/aktuelles/alle-meldungen/e-zigaretten-und-e-shishas-gesetz-zum-schutz-von-kindern-und-jugendlichen-tritt-in-kraft-90264> [zuletzt aufgerufen am 23.10.2023]
2. Gatten, Emma. (2022, 15. Juli). Two vapes thrown away every second, wasting scarce minerals needed for electric cars. Amount of lithium discarded in disposable vapes every year is enough to build around 1,200 car batteries, new survey shows. The Telegraph. URL: <https://www.telegraph.co.uk/news/2022/07/15/two-vapes-thrown-away-every-second-wasting-scarce-minerals-needed/> [zuletzt aufgerufen am 23.10.2023]
3. Schaller, Katrin; Kahnert, Sarah; Mons, Ute. (2020, Oktober). E-Zigaretten und Tabakerhitzer – ein Überblick. Deutsches Krebsforschungszentrum. Heidelberg. URL: https://www.dkfz.de/de/tabakkontrolle/download/Publikationen/sonstVeroeffentlichungen/E-Zigaretten-und-Tabakerhitzer-Ueberblick_Oktober_2020.pdf [zuletzt aufgerufen am 23.10.2023]
4. E-Zigaretten - alles andere als harmlos, FAQ. (2021, 11. Mai). Bundesinstitut für Risikobewertung. URL: https://www.bfr.bund.de/de/e_zigaretten__alles_andere_als_harmlos_129574.html [zuletzt aufgerufen am 23.10.2023]
5. Islam, Talat & Braymiller, Jessica & Eckel, Sandra & Liu, Feifei & Tackett, Alayna & Rebuli, Meghan & Barrington-Trimis, Jessica & McConnell, Rob. (2022). Secondhand nicotine vaping at home and respiratory symptoms in young adults. Thorax. 77. thoraxjnl-2021. DOI: 10.1136/thoraxjnl-2021-217041.
6. Dharma N. Bhatta, PhD, MPH; Stanton A. Glantz, PhD. (2019, 16. Dezember). Association of E-Cigarette Use With Respiratory Disease Among Adults: A Longitudinal Analysis. American Journal of Preventive Medicine, VOLUME 58, ISSUE 2, P182-190. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2019.07.028>
7. Warum macht Rauchen abhängig? (o. D.). rauchfrei. URL: <https://www.rauch-frei.info/wissen/gefahren-und-risiken/warum-macht-rauchen-abhaengig/> [zuletzt aufgerufen am 23.10.2023]
8. Nikotinfreie E-Shishas bergen gesundheitliche Risiken. (2015, 23. April). Bundesinstitut für Risikobewertung. URL: <https://www.bfr.bund.de/cm/343/nikotinfreie-e-shishas-bergen-gesundheitliche-risiken.pdf> [zuletzt aufgerufen am 23.10.2023]