

# FACTSHEET

## E-ZIGARETTEN

### WAS SIND E-ZIGARETTEN?

Elektronische Zigaretten / E-Shishas sind in der Schweiz seit etwa 2005 bekannt. Sie variieren in Form und Farbe. In der Regel sind E-Zigaretten für den mehrmaligen und E-Shishas für den einmaligen Gebrauch bestimmt. Einige dieser Produkte gleichen herkömmlichen Zigaretten stark, andere -insbesondere E-Shishas- sind meist bunt bedruckt und sehen Kugelschreibern zum Verwechseln ähnlich. E-Zigaretten und E-Shishas funktionieren nach demselben Prinzip. Sie bestehen grundsätzlich aus einem Mundstück, einem Akku, einem Verdampfer und einer Kartusche. In der Kartusche befindet sich das sogenannte Liquid, eine Mischung aus Wasser, Lösungsmittel und Aromastoffen. Das Liquid, welches durch Ziehen am Mundstück bzw. auf Knopfdruck zu Nebel verdampft und so dem gewöhnlichen Zigarettenrauch nachahmt, wird vom Konsumierenden inhaliert. In den unterschiedlichsten Geschmacksrichtungen wird es mit und ohne Nikotin angeboten.<sup>[1][2]</sup>

### LIQUIDS

Die Grundsubstanz des Liquids, Propylenglykol, findet bei der Herstellung vieler Produkte Verwendung; so unter anderem in der Tabakproduktion als Feuchthaltemittel, um das Austrocknen von Zigaretten zu verhindern. Zur künstlichen Erzeugung von Rauch und Nebel wird Propylenglykol aber auch von Theater- und Fernsehproduktionen oder Diskotheken eingesetzt. In E-Zigaretten kann es durch den gut löslichen Zuckeralkohol Glycerin ergänzt oder ersetzt werden.<sup>[3][4]</sup>

Im erhitzten, gasförmigen Zustand, das bedeutet bei Inhalation -wie dies bei E-Zigaretten der Fall ist-, kann Propylenglykol akute Irritationen der Atemwege hervorrufen. Neben trockenem Husten, Reizungen des Mundes und Halses werden Übelkeit und Schwindel als mögliche Nebenwirkungen genannt. Ein Teil der zugesetzten Aromastoffe kann zudem allergische Reaktionen hervorrufen. Ungewiss ist bislang, wie sich dauerhafter und wiederholter Gebrauch von E-Zigaretten auf die Gesundheit auswirkt.<sup>[5][6]</sup>



## RISIKEN

### NIKOTINABHÄNGIGKEIT

Wird nikotinhaltiges Liquid konsumiert, besteht die Gefahr einer körperlichen Gewöhnung mit anschliessender Nikotinabhängigkeit. Nikotin verursacht u.a. Bluthochdruck, der das Erleiden eines Herzinfarktes begünstigt. Bei Jugendlichen kann [Nikotin](#) die Entwicklung des Gehirns beeinträchtigen.

### ERHÖHTES KREBSRISIKO

Welchen Einfluss die dauerhafte Inhalation der nebelerzeugenden Grundsubstanzen Propylenglykol und Glycerin langfristig auf die Gesundheit hat, ist momentan noch ungeklärt. In einigen Liquids wurden zudem krebserregende Stoffe festgestellt, sodass von einer Steigerung des Krebsrisiko ausgegangen werden muss.<sup>[7]</sup>

### GEFÄHRDUNG DRITTER

Beim Rauchen von E-Zigaretten werden wie bei herkömmlichen Zigaretten gesundheitsschädliche Rauchpartikel an die Umgebung abgegeben. Zwar verursachen E-Zigaretten eine geringere Anzahl dieser Partikel, doch sind davon einige als krebserzeugend klassifiziert. Wird innerhalb von Räumen geraucht, ist die Belastung der Luft besonders hoch. Sind hierbei Dritte anwesend, inhalieren diese die schädlichen Partikel mit.<sup>[8]</sup>

### FALSCH DEKLARIERTE INHALTSSTOFFE

Ein erhebliches Problem besteht in der Deklaration der genauen Inhaltsstoffe. Derzeit gibt es für Hersteller von E-Zigaretten und Liquids keine verbindlichen Qualitätsstandards. So können sich Verbraucher momentan nicht auf Herstellerangaben verlassen. Tatsächlich wurden sogar gravierende Fehldeklarationen bei einigen Produkten festgestellt. Angeblich nikotinfrei enthielten diese mitunter hohe Mengen an Nikotin.

### VERGIFTUNGSGEFAHR

Eine handelsübliche Zigarette erlischt nach durchschnittlich zehn Inhalationszügen. Da E-Zigaretten jedoch elektronisch betrieben werden und das sogenannte "Dampfen" vom Konsumierenden selbstständig beendet werden muss, besteht bei nikotinhaltigen Produkten, insbesondere wenn der Nikotinanteil zu niedrig deklariert ist und gerätebedingten Schwankungen unterliegt, die Gefahr einer Überdosierung und Nikotinvergiftung. Tritt Liquid aufgrund einer defekten Kartusche aus und wird verschluckt, kann es ebenso zu Vergiftungserscheinungen kommen. Falls nikotinhaltige (Nachfüll-)Kartuschen in die Hände von Kindern gelangen und verschluckt werden, besteht akute Lebensgefahr.<sup>[9]</sup>

## HILFE BEIM RAUCHSTOPP?

Die Wirksamkeit von E-Zigaretten als Mittel zur Tabakentwöhnung ist wissenschaftlich nicht erwiesen. Der Gebrauch von E-Zigaretten könnte allerdings als möglicher Ansatz zur Schadensminimierung in Betracht gezogen werden. Denn Raucherinnen und Raucher, die *vollständig* auf E-Zigaretten umsteigen, nehmen

weniger schädliche Substanzen als bei herkömmlichen Zigaretten auf. Jedoch können auch im Fall von E-Zigaretten langfristige Gesundheitsschädigungen nicht ausgeschlossen werden.<sup>10</sup>

## RECHTSLAGE

E-Zigaretten werden gegenwärtig durch das Lebensmittelgesetz als Gebrauchsgegenstände geregelt. Während nikotinfreie E-Zigaretten in der Schweiz straffrei und ohne Altersbegrenzung erworben werden können, ist der Handel von E-Zigaretten mit Nikotin hier zu Lande verboten. Nikotinhaltige E-Zigaretten für den Eigengebrauch können allerdings bis zu einer Menge von 150 ml legal importiert werden. Zukünftig sollen nikotinhaltige E-Zigaretten den Tabakprodukten gleichgestellt werden und damit den gleichen Abgabebedingungen wie Zigaretten unterliegen. E-Zigaretten fallen nicht unter das Bundesgesetz zum Schutz vor Passivrauchen. Sowohl Kantone als auch die Inhaber öffentlich zugänglicher Räume (wie Gastwirte) sind jedoch berechtigt, den Konsum von E-Zigaretten zu untersagen.<sup>[11]</sup>

## KONSUM IN DER SCHWEIZ

Von Sucht Schweiz ausgewertete Daten, welche auf den Erhebungen des Suchtmonitorings Schweiz 2013 basieren, zeigen, dass E-Zigaretten dem Grossteil der Bevölkerung bekannt sind. (Bericht) Gemäss dieser Erhebungen probierten 6.7 % mindestens einmal in ihrem Leben E-Zigaretten. Täglich-Rauchende, Männer, die Altersgruppe der 15- bis 19-Jährigen und die der 20- bis 24-Jährigen, Personen in Ausbildung sowie der italienischsprachige Landesteil weisen höhere Konsumraten auf. In den letzten 30 Tagen vor der Befragung haben 1.1 % der Bevölkerung über 15 Jahren E-Zigaretten gebraucht. 0.4 % der Bevölkerung konsumieren regelmässig, mindestens einmal pro Woche.

Als Gründe für den Konsum werden am häufigsten folgende genannt: Reduktion des Tabakrauchens mit ohne Ziel des Rauchstopps, Alternative zur Vermeidung des Tabakkonsums, Rücksicht gegenüber anderen, die sich durch Tabakrauch gestört fühlen könnten, Neugier.<sup>[12]</sup>

## PRÄVENTION

Es besteht Uneinigkeit darüber, wie die Chancen und Risiken von E-Zigaretten abzuwägen sind. So können Tabakrauchende, wenn sie vollständig auf E-Zigaretten umsteigen, ihre gesundheitlichen Risiken senken. Eine Nikotinabhängigkeit bleibt bei nikotinhaltigen Produkten jedoch bestehen. Für einen Mischkonsum von E-Zigaretten und Tabak zeigt sich im Übrigen keine Verringerung des Gesundheitsrisikos.

Äusserst problematisch ist, dass Konsumierende von E-Zigaretten sich derzeit nicht auf Herstellerangaben verlassen können, da keine verbindlichen Qualitätsstandards bestehen. E-Zigaretten enthalten süsse Aromastoffe und wirken deswegen auf Kinder und Jugendliche besonders ansprechend. Hinzu kommt, dass der Verkauf von E-Zigaretten ohne Nikotin keinen Altersbegrenzungen unterliegt. Diese Produkte sind somit sehr einfach erhältlich. Beim Konsum werden ähnliche Verhaltensmuster wie beim Rauchen von Tabakzigaretten eingeübt und so sind E-Zigaretten, mit und ohne Nikotin, als mögliche Einstiegsprodukte in das Rauchen von herkömmlichen Zigaretten zu sehen.<sup>[13]</sup>

Lausanne, August 2015

Dieses Faktenblatt wurde erstellt von

**Sucht Schweiz**  
Av. Louis-Ruchonnet 14  
Postfach 870  
CH-1001 Lausanne

T 021 321 29 11  
F 021 321 29 40

[info@suchtschweiz.ch](mailto:info@suchtschweiz.ch)

**Wir danken allen, die uns unterstützen!**

**PC: 10-261-7**

## REFERENZEN

- <sup>1</sup>Losch, D.(2015): E-Zigaretten. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag, S.1.
- <sup>2</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Band 19. Heidelberg. S.3.
- <sup>3</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Band 19. Heidelberg. S.4.
- <sup>4</sup>Bundesamt für Gesundheit (o.J.): Propylenglykol. Download vom 04.06.15.  
URL: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/00618/13196/13199/?lang=de>
- <sup>5</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Band 19. Heidelberg. S.10.
- <sup>6</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2014): Stellungnahme zur kontroversen Diskussion um E-Zigaretten. S.2.
- <sup>7</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Band 19. Heidelberg. S.9.
- <sup>8</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Band 19. Heidelberg. S.11f.
- <sup>9</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Band 19. Heidelberg. S.5f./9.
- <sup>10</sup>Jean-Paul Humair et al. "Cigarette électronique: le point en 205" in Revue médicale Suisse: Tabacologie, no 478, 10 juin 2015, pp. 1270-1276
- <sup>11</sup>Bundesamt für Gesundheit: E-Zigarette. Download vom 04.06.15.  
URL: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/14572/>
- <sup>12</sup>Sucht Schweiz (2014): Die E-Zigarette in der Schweiz im Jahr 2013. Auswertung der Daten des Suchtmonitoring Schweiz.  
URL: [http://www.suchtmonitoring.ch/docs/library/kuendig\\_42ylkvon1f.pdf](http://www.suchtmonitoring.ch/docs/library/kuendig_42ylkvon1f.pdf)
- <sup>13</sup>Bundesamt für Gesundheit: E-Zigarette. Download vom 04.06.15.  
URL: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/14572/>