

# Infoblatt Nikotinprodukte

## Übersicht zu aktuellen Nikotinprodukten und möglichen Folgen des Konsums Für Verkaufsstellen, Schulen, Eltern und die Öffentlichkeit

### Das Wichtigste in Kürze

- Der Verkauf von Tabakwaren an unter 18-Jährige ist verboten.
- E-Zigaretten sind wie Tabakprodukte zu behandeln und sind nicht an Minderjährige abzugeben.
- Es entstehen mehr Giftstoffe beim Rauchen einer Shisha als bei einer Zigarette.
- Eine Portion Snus wirkt wie mehrere Zigaretten.

### Wer darf Nikotinprodukte kaufen? Gesetzliche Grundlage

Gemäss § 44 Abs. 2 Gesundheitsgesetz (GesG) des Kantons Solothurn ist seit dem 1. September 2019 der Verkauf von Tabakwaren an Minderjährige (unter 18-Jährige) im Kanton Solothurn verboten.

Das Verkaufspersonal ist bei Zweifel über das wirkliche Alter der Kundschaft verpflichtet, den amtlichen Ausweis zu kontrollieren. Dazu zählen die Identitätskarte, der Reisepass oder der Fahrausweis. Der Schüler\*innen-ausweis zählt nicht dazu. Zu den gesetzlichen Ausführungen zu Verkauf und Werbeverbot betreffend Tabakwaren und Alkohol gibt es ein Merkblatt, das unter [so.ch/praevention](http://so.ch/praevention) heruntergeladen werden kann.

### Wie wird die Einhaltung des Abgabalters kontrolliert?

Wer absichtlich oder fahrlässig die Verkaufsverbote missachtet, wird mit einer Busse bis Fr. 100'000.-- bestraft. Das Departement des Innern des Kantons Solothurn (bspw. die Polizei) kann Testkäufe zur Überprüfung des Abgabalters anordnen oder durchführen (§ 64 GesG; § 36<sup>sexies</sup> Abs. 1 Gesetz über die Kantonspolizei). Verstösse können bei der Polizei zur Anzeige gebracht werden.

### Welche Nikotinprodukte gibt es?

Neben Zigaretten werden verschiedene andere Produkte verkauft, die Nikotin und Tabak enthalten. Der Konsum dieser Produkte ist anders schädlich als Zigaretten, aber keinesfalls harmlos. Dies vor allem für jugendliche Konsumentinnen und Konsumenten.

Grundsätzlich sind Tabak-Alternativen oft sehr beliebt bei Jugendlichen. Sie testen gerne neue Produkte aus, insbesondere wenn die Produkte modern und mit neuester Elektronik ausgestattet sind (sie sehen beispielsweise aus wie USB-Sticks). Gewisse Produkte werden mit süssen, fruchtigen Aromen versetzt, so dass der Tabak kaum geschmeckt wird.

### E-Zigarette / E-Shisha

E-Zigaretten bestehen meistens aus einem Mundstück, einem Akku, einem Verdampfer und einer Kartusche/Patrone. In der Kartusche befindet sich die nachfüllbare Flüssigkeit (Liquid), eine Mischung aus Wasser, Lösungsmitteln und Aromastoffen. Diese Liquids sind in verschiedensten Duftnoten (z.B. Cola, Früchte, Kaffee, Tabak etc.), mit und ohne Nikotin erhältlich. Durch Ziehen am Mundstück wird das Liquid verdampft und anschliessend inhaliert. Es gibt zwei Systeme: Eines zum Nachfüllen und andere mit Einwegpatronen (ähnlich einem «Kaffee-Kapsel-System»).



E-Zigaretten sind keine harmlose Alternative zu traditionellen Tabakprodukten, und zwar aus mehreren Gründen:

- Die gesundheitlichen Auswirkungen eines langfristigen Konsums von E-Zigaretten sind noch nicht bekannt. Es ist ausserdem nicht geklärt, welche Stoffe und Substanzen in den Liquids enthalten sind. Im Dampf der E-Zigaretten wurden bekannte Giftsubstanzen entdeckt, wie z.B. Formaldehyd und Acetaldehyd oder der gefährliche Giftstoff Crotonaldehyd. Ob ihre Konzentration genügt, um krank zu werden, ist unklar. Bekannt ist dagegen, dass im Dampf Inhaltsstoffe vorkommen, die mindestens kurzfristig Atemwegsreizungen und allergische Reaktionen auslösen können.
- E-Zigaretten können insbesondere bei Jugendlichen zu einer Nikotinsucht und zum Einstieg ins Rauchen führen. Der Kanton empfiehlt daher, E-Zigaretten und weitere Nikotinprodukte mit vergleichbarem Gefährdungspotenzial wie Tabakprodukte zu behandeln und nicht an Minderjährige zu verkaufen. Verkaufsstellen, die den Branchenkodex der Swiss Vape Trade Association unterschrieben haben, verpflichten sich jetzt schon, keine E-Dampfergeräte und Liquids an Minderjährige zu verkaufen.
- Für starke Raucher\*innen kann die E-Zigarette im Rahmen der Schadensminderung eingesetzt werden – aber nicht, weil E-Zigaretten gesund sind, sondern weil herkömmliche Zigaretten noch schädlicher sind. Jedoch gilt auch diese Methode als umstritten, weil viele Raucher\*innen nach dem Umstieg auf E-Zigaretten ihren Konsum erhöhen oder sich sogar ein Doppelkonsum ergeben kann.

Auf Bundesebene soll ein neues Tabakproduktegesetz erlassen werden (Bundesgesetz über Tabakprodukte und elektronische Zigaretten, TabPG). E-Zigaretten inklusive Kartusche und Liquid fallen momentan in den Geltungsbereich des Lebensmittelrechts. Politische Vorstösse, die eine Gleichsetzung von E-Zigaretten mit klassischen Tabakprodukten verlangen, sind in parlamentarischer Beratung.

## Shisha (Wasserpfeife)

Die Wasserpfeife ist zusammengesetzt aus Wassergefäss, Rauchsäule, Tonkopf und Mundstück. Beim Rauchen von Wasserpfeifen wird der meist stark aromatisierte Tabak mit Kohle erhitzt und es kommt bei sachgemässer Anwendung nicht zu einer Verbrennung, sondern einer Verschwelung. Das sogenannte Aerosol gelangt nach kräftigem Ansaugen ins Wassergefäss, kühlt dabei ab und wird dann via den langen Schlauch inhaliert.



Weil das Aerosol in der Wasserpfeife durch Wasser geleitet wird, nehmen Laien oft an, dass eine «Wasserfilterung» stattfindet, was grundsätzlich als vorteilhaft bzw. schadensmindernd gewertet wird. Tatsächlich bewirkt das Wasser aber eine Abkühlung und Anfeuchtung des Aerosols und macht so erst die tiefe Inhalation möglich. Der vermutete «Filtereffekt» ist nicht von Bedeutung, denn das inhalierte Aerosol enthält durchschnittlich höhere Konzentrationen an Schadstoffen als beim Tabakzigarettenrauchen: Der Gehalt an Teer und die Konzentration von Schwermetallen wie Arsen, Blei, Chrom, Nickel und Kobalt sind im Wasserpfeifen-Aerosol um ein Vielfaches höher als im Zigarettenrauch. Der hohe Anteil an giftigen Substanzen im Aerosol ergibt sich auch durch Zusätze oder Rückstände in den beiden Ausgangsprodukten: Brandbeschleuniger in der selbstzündenden Kohle sowie Süsstoffe, Aromen und chemische Substanzen wie Glycerin im Shisha-Tabak.

Eine Shisha-Tabakdosis reicht oft für eine Anwendung von 45-60 Minuten. Die dabei mengenmässig inhalierten Stoffe entsprechen, anhand der aufgenommenen Nikotinmenge beurteilt, ca. 10 Zigaretten. Shisha-Rauchen führt zwangsläufig in eine starke Nikotinabhängigkeit und bei den meisten Jugendlichen längerfristig zum Zigarettenrauchen.

## Tabakerhitzungsgeräte (Heat-Not-Burn-Zigaretten)

Bei einem Tabakerhitzungsgerät wird der Tabak mit einem batteriebetriebenen Heizelement auf ca. 250°C bis 350°C erhitzt, aber nicht verbrannt. Es entsteht ein nikotinhaltiges Gemisch, das inhaliert wird. Bei einer herkömmlichen Zigarette verbrennt der Tabak bei etwa 800°C. Wie alle Tabakprodukte enthalten auch Heat-Not-Burn-Zigaretten toxische und krebserregende Inhaltsstoffe sowie Nikotin.



Im Vergleich zu E-Zigaretten wird bei Tabakerhitzungsgeräten keine Flüssigkeit (Liquids) verdampft, sondern Tabak erhitzt. Es gibt Tabakerhitzungsgeräte, bei denen dem Tabak Glycerin und Propylenglykol beigemischt wird, die auch im Liquid von E-Zigaretten vorkommen.

## Snus

Snus, oft als Mundtabak bezeichnet, ist als fein gemahlener Tabak in verschiedenen Aromen erhältlich. Zum Konsum von Snus wird der Tabak in Form von kleinen Beuteln oder als feuchte Paste in Form von kleinen Bällchen unter die Ober- oder Unterlippe geschoben.



Das Nikotin gelangt über die Mundschleimhäute sofort ins Blut. Eine Portion Snus wirkt wie mehrere Zigaretten auf einmal. Die Nikotinkonzentration im Blut sinkt langsamer ab als beim Rauchen und die Konsumierenden sind somit länger einer höheren Nikotindosis ausgesetzt als Zigarettenrauchende.

Im Zentrum der Risiken von Snus steht das hohe (Nikotin)-Abhängigkeitspotenzial. Unerwünschte Nebenwirkungen sind insbesondere im Mund- und Rachenraum zu befürchten und reichen von Entzündungen der Schleimhaut, des Zahnfleisches, der Zähne und Zahnhäule bis hin zu Krebserkrankungen.

## Beratungsstellen

### Lungenliga Solothurn

Dornacherstrasse 33  
4500 Solothurn  
032 628 68 28  
info@lungenliga-so.ch  
[lungenliga.ch/lungenliga-solothurn](http://lungenliga.ch/lungenliga-solothurn)

### Rauchstoppperatung Solothurner Spitaler soH

Bürgerspital Solothurn  
Schöngrünstrasse 42  
4500 Solothurn  
032 627 31 85  
rauchstoppperatung.bss@spital.so.ch

Kantonsspital Olten  
Baslerstrasse 150  
4600 Olten  
062 311 45 14  
rauchstoppperatung.kso@spital.so.ch  
[solothurnerspitaeler.ch](http://solothurnerspitaeler.ch)

### PERSPEKTIVE Region Solothurn-Grenchen

Weissensteinstrasse 33  
4502 Solothurn  
032 626 56 56  
administration@perspektive-so.ch  
[perspektive-so.ch](http://perspektive-so.ch)

### Suchthilfe Ost GmbH

Aarburgerstrasse 63  
4600 Olten  
0800 06 15 35 / 062 206 15 35  
info@suchthilfe-ost.ch  
[suchthilfe-ost.ch](http://suchthilfe-ost.ch)

### Internetquellen

[http://www.akzent-luzern.ch/bestelltool/broschueren/rz\\_a\\_broschur\\_rauchen.pdf](http://www.akzent-luzern.ch/bestelltool/broschueren/rz_a_broschur_rauchen.pdf)  
<https://www.lungenliga.ch/de/die-lungen-schuetzen/tabak-und-nikotin/e-zigaretten.html>  
[http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterrichtsmodule/tab\\_alc\\_can/tabak/tabak\\_he\\_e-zigaretten\\_shisha\\_snus.pdf](http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterrichtsmodule/tab_alc_can/tabak/tabak_he_e-zigaretten_shisha_snus.pdf)  
[https://www.feel-ok.ch/de\\_CH/jugendliche/themen/tabak/interessante\\_themen/wasserpfeife\\_shisha\\_schnupftabak\\_snooze\\_kautabak/ezigaretten/e-zigaretten.cfm](https://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/tabak/interessante_themen/wasserpfeife_shisha_schnupftabak_snooze_kautabak/ezigaretten/e-zigaretten.cfm)  
<http://shop.addictionsuisse.ch/download/2b8e0a29b6bef13491a55352e1560fa89ac60040.pdf>  
<https://shop.addictionsuisse.ch/download/27611462a239272119be8ac7f548ccacfb7dd5b.pdf>  
[https://so.feel-ok.ch/de\\_CH/jugendliche/themen/tabak/interessante\\_themen/wasserpfeife\\_shisha\\_schnupftabak\\_snooze\\_kautabak/e-zigaretten/e-zigaretten.cfm](https://so.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/tabak/interessante_themen/wasserpfeife_shisha_schnupftabak_snooze_kautabak/e-zigaretten/e-zigaretten.cfm)  
<https://primary-hospital-care.ch/de/article/doi/phc-d.2018.01646/>

### Bildquellen

© E-Zigarette: EKH-Pictures  
© Snus: L. Klausner  
© IQOS: VAKSMANV  
© Shisha: Gerisima