

Individuelle Beratung ist gefragt

Nicolas Broccard

Mit dem neuen Tabakproduktegesetz sollen auch nikotinhaltige E-Zigaretten im Handel zugelassen sein. Weil E-Zigaretten keinen Tabak verbrennen, sind sie deutlich weniger schädlich als Tabakzigaretten. Aber für eine Empfehlung als Mittel zum Rauchstopp ist die wissenschaftliche Grundlage zu schmal. Deshalb sollte sich die Beratung jeweils auf die individuelle Situation der Kundin oder des Kunden abstützen. Nicht zu unterschätzen ist die Attraktivität der E-Zigarette für Jugendliche. Sie könnte ihnen den Einstieg ins Rauchen erleichtern und ausserdem das Rauchen im öffentlichen Raum wieder vermehrt sichtbar machen.

2005 begann ein Hersteller in China mit der Produktion von E-Zigaretten. 2014 umfasste der Markt über 450 Marken und erwirtschaftete einen Umsatz von schätzungsweise 3 Milliarden US-Dollar. Seither ist dieser Markt weiter gewachsen.

Gefährden E-Zigaretten die Gesundheit?

E-Zigaretten enthalten zu 95 Prozent Propylenglycol und/oder Glycerin sowie Aromastoffe wie Tabak, Menthol, Zimt, Fruchtgeschmack, Kaffee, Vanille oder Schokolade und in der Regel Nikotin in unterschiedlicher Dosierung. Hinzu kommen Verunreinigungen aus dem Tabak (Nitrosamine, Formaldehyd, Acrolein, Kohlenwasserstoffe, Schwermetalle), deren Konzentration bis 450-mal tiefer ist als im Tabakrauch. Das Nikotin wird weniger schnell aufgenommen als bei der Tabakzigarette, aber schneller als bei nikotinhaltigen Medikamenten.

Rechtliche Lage

Heute unterstehen E-Zigaretten mit Nikotin dem Lebensmittelgesetz und dürfen in der Schweiz nicht in den Handel gebracht werden. Auch E-Zigaretten ohne Nikotin fallen unter das Lebensmittelgesetz. Zum Eigengebrauch jedoch unterliegen sowohl E-Zigaretten mit als auch ohne Nikotin nicht dem Lebensmittelgesetz und dürfen demnach privat importiert werden. Als zulässig für den Eigengebrauch gilt gemäss Bundesamt für Gesundheit für einen Zeitraum von 60 Tagen die Einfuhr von 150 Nachfüllpatronen oder 150 Millilitern Nachfüllflüssigkeit mit Nikotin.

In Zukunft sollen E-Zigaretten mit Nikotin den Tabakprodukten gleichgestellt sein. Dies schlägt der Bundesrat in seinem Entwurf zum neuen Tabakproduktegesetz vor. Neu ist also auch der Handel mit nikotinhaltigen E-Zigaretten zulässig. Sie dürfen keine gesundheitsgefährdenden Stoffe enthalten und nicht an Personen unter 18 Jahren abgegeben werden. Zudem soll der Konsum von E-Zigaretten in geschlossenen öffentlichen Räumen nicht mehr erlaubt sein. Das neue Gesetz und die entsprechende Verordnung sollen 2018 in Kraft treten.

Der Gebrauch von E-Zigaretten hat sich während sechs bis zwölf Monaten als sicher erwiesen. Für eine Beurteilung der langfristigen Sicherheit von E-Zigaretten fehlen noch entsprechende Langzeitstudien. Aber auch eine Verwendung über längere Zeit scheint die Gesundheit deutlich weniger zu gefährden als Tabakzigaretten. Dieser Unterschied ist vor allem darauf zurückzuführen, dass bei der E-Zigarette kein Tabak verbrannt wird und der inhalierte Dampf folglich weder Teer noch Kohlenmonoxid oder Feinstaub enthält. [1]

Inwiefern eignen sich E-Zigaretten zum Rauchstopp?

Im Gegensatz zu den nikotinhaltigen Medikamenten reichen die bisherigen wissenschaftlichen Studien nicht aus, um die E-Zigarette als wirksames Mittel zum dauerhaften Aufhören mit Rauchen zu empfehlen. Die Anzahl der Studien ist gering, und überdies weisen sie methodische Mängel auf [2].

Wenn in der Apotheke eine Kundin oder ein Kunde mehr wissen möchte über E-Zigaretten, steht deshalb zuerst die sachliche Information im Vordergrund:

- Das heutige Wissen über mögliche langfristige Gesundheitsrisiken weist noch grosse Lücken auf. Auch gibt es keine Empfehlung für die E-Zigarette als wirksames Mittel bezüglich Rauchstopp.
- Die Qualitätskontrollen sind bei Medizinalprodukten weniger streng als bei nikotinhaltigen Medikamenten.
- Verglichen mit Tabakzigaretten sind E-Zigaretten zwar weniger schädlich, ein Doppelkonsum bringt jedoch kaum Vorteile für die Gesundheit.

Anschliessend ist eine an die individuelle Situation angepasste Beratung sinnvoll:

- Den aufhörwilligen Personen sind als Mittel der Wahl die nikotinhaltigen Medikamente als nachweislich wirksame Medikamente zu empfehlen.
- Personen, die nicht aufhören wollen, aber an der E-Zigarette interessiert sind, können auf die niedrigeren Gesundheitsrisiken der E-Zigaretten gegenüber den Tabakzigaretten hingewiesen werden.
- Personen, die sowohl E-Zigaretten als auch Tabakzigaretten konsumieren, sind auf die geringen Gesundheitsvorteile des Doppelkonsums aufmerksam zu machen und für einen Rauch-



2005 begann ein Hersteller in China mit der Produktion von E-Zigaretten. 2014 umfasste der Markt über 450 Marken und erwirtschaftete einen Umsatz von schätzungsweise 3 Milliarden US-Dollar.
© imgkid.com

stopp zu motivieren, unterstützt durch nikotin-
haltige Medikamente.

→ Exraucher ist vom Konsum von E-Zigaretten wegen des Risikos eines Rückfalls unmissverständlich abzuraten.

Fördern E-Zigaretten den Raucheinstieg von Jugendlichen?

Die zukünftige Zulassung nikotinhaltiger E-Zigaretten im Handel wirft aus Sicht der Tabakprävention verschiedene Fragen auf. Könnte für junge Leute der Konsum von elektronischen Zigaretten ein Einfallstor in die Nikotinabhängigkeit sein und zum Konsum von herkömmlichen Zigaretten führen?

In diese Richtung weist eine im August 2015 veröffentlichte Studie der Universität Kalifornien zum Konsum von E-Zigaretten und Rauchwaren bei 14-jährigen Schülerinnen und Schülern in Los Angeles [3]. 2530 Jugendliche hatten zu Beginn der Studie noch nie geraucht. Nach zwölf Monaten aber rauchten bei denen, die zu Beginn schon E-Zigaretten konsumiert hatten, 25 Prozent auch Zigaretten, Zigarren oder Wasserpfeifen gegenüber nur 9 Prozent bei denjenigen, die keine E-Zigaretten konsumiert hatten. Gerade Jugendliche, die weniger empfänglich wären für Tabakwaren, könnten über den Weg von E-Zigaretten zum Konsum von Tabakprodukten gelangen.

In den vergangenen Jahren hat sich das rauchfreie Leben als Norm durchgesetzt, das Rauchen wird weitgehend als ausserhalb der Norm angesehen. Doch ein häufiger Konsum von E-Zigaretten in der Öffentlichkeit könnte das Rauchen wieder als eine normale Sache erscheinen lassen und so die Bekämpfung tabakbedingter Krankheiten erschweren. ■

Literaturangaben

- [1] J.-P. Humair et al. Cigarette électronique : le point en 2015. *Revue Médicale Suisse* 2015; 478: 1270 10 juin 2015 www.revmed.ch.
- [2] McRobbie H, Bullen C, Hartmann-Boyce J, Hajek P. Electronic cigarettes for smoking cessation and reduction. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2014, Issue 12. Art. No.: CD010216.
- [3] Adam M. Leventhal et al. Association of Electronic Cigarette Use With Initiation of Combustible Tobacco Product Smoking in Early Adolescence. *JAMA* 2015; 314(7):700-707 <http://jama.jamanetwork.com>.

Korrespondenzadresse

Silvia Büchler
Operative Leiterin Nationales Rauchstopp-Programm
Haslerstrasse 30, 3008 Bern
Tel. 031 599 10 20
E-Mail: Silvia.Buechler@at-schweiz.ch
Webseiten: www.rauchstopp-programm.ch,
www.apotheken-raucherberatung.ch

Nationaler Rauchstoptag mit Wettbewerb

Am 31. Mai 2016, dem Welttag ohne Tabak, findet erstmals in der gesamten Schweiz der Rauchstoptag statt. Möglichst viele Raucherinnen und Raucher sollen versuchen, einen Tag lang rauchfrei zu sein. Am Tag danach startet der vierwöchige Rauchstoppwettbewerb. Beide Anlässe erhöhen im Publikum die Aufmerksamkeit hinsichtlich Tabakkonsum und eignen sich gut, um in der Apotheke die Kundinnen und Kunden auf die Angebote zum Rauchstopp hinzuweisen.

Beide Events werden vom Nationalen Rauchstopp-Programm organisiert. Am Rauchstoptag werden 100 Gutscheine von 25 Franken und beim Rauchstoppwettbewerb 20 Preise von 500 Franken und 80 Preise von 50 Franken verlost. Den Apotheken stehen verschiedene Materialien auf Deutsch, Französisch, Italienisch, Rätoromanisch, Englisch, Türkisch und Albanisch zur Verfügung. Die Apotheken haben vom Nationalen Rauchstopp-Programm ein Schreiben mit Informationen und Bestellmöglichkeiten erhalten.