

# Fünf Mythen rund um Schadensminderung beim Rauchen

## Risikofaktor Zigaretten

Es ist allgemein bekannt, dass Rauchen schädlich ist. Und die meisten Raucher/-innen wissen, dass sich der Abschied von der klassischen Zigarette positiv auf ihre Gesundheit auswirkt. Dennoch gibt es verbreitete Mythen rund um die Ursachen der Schädlichkeit des Zigarettenrauchens, die Schadensminderung beim Rauchen und die verbrennungsfreien Alternativen.

### Redaktion

#### Mythos 1: Es gibt immer mehr Rauchstopp-Versuche in Deutschland

► *Falsch:* Die Raucherprävalenz in Deutschland stagniert mit 31,7 Prozent auf konstant hohem Niveau<sup>1</sup>, obwohl das mit dem Rauchen verbundene gesundheitliche Risiko allgemein bekannt ist. 91,8 Prozent der Raucher/-innen in Deutschland gaben an, in den letzten zwölf Monaten keinen ernsthaften Rauchstopp-Versuch unternommen zu haben.

#### Mythos 2: Viele Raucher/-innen sind für den Rauchstopp motiviert – unter ihnen gibt es eine hohe Erfolgsrate

► *Falsch:* Die Ergebnisse einer Umfrage im Auftrag der Philip Morris GmbH unter Rauchenden macht deutlich, warum die Rauchstopp-Motivation gering ist. Jede/-r zweite befragte Raucher/-in ist aktuell nicht motiviert, mit dem Zigarettenrauchen aufzuhören (52 Prozent). 41 Prozent haben Schwierigkeiten damit,

**Abb. 1:** Das „Cube“ Forschungs- und Entwicklungszentrum von Philip Morris International in Neuchâtel, Schweiz. Über 900 Wissenschaftler/-innen, Ingenieur/-innen und Techniker/-innen arbeiten hier und bei PMI Science in Singapur an der Erforschung verbrennungsfreier und damit schadstoffreduzierter Alternativen zur Zigarette.



© focus\_bell - stock.adobe.com

\* Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Anbietern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.

Gewohnheiten und Rituale aufzugeben.<sup>2</sup> Nur drei bis sechs Prozent der Rauchenden bleiben nach einem Rauchstopp-Versuch mindestens ein Jahr rauchfrei.<sup>3</sup> Zahnmediziner/-innen können hierbei eine wichtige Quelle für gesundheitsrelevante Informationen sein, denn Raucher/-innen, die zu diesem Thema mit Zahnärzt/-innen im Dialog stehen, haben häufiger konkrete Rauchstopp-Pläne.<sup>4</sup>

**Mythos 3: Die mit dem Rauchen assoziierten Krankheiten werden vor allem durch das enthaltene Nikotin verursacht**

► *Falsch:* Nikotin ist suchterregend, aber nicht die Hauptursache für raucherbedingte Krankheiten, zu denen vor allem chronisch obstruktive Lungenerkrankungen (COPD), Lungenkrebs, Herzinfarkt und Schlaganfall zählen.<sup>5</sup> Die zur WHO gehörende International Agency for Research on Cancer (IARC) stuft Nikotin zudem nicht als krebserregend ein.<sup>6</sup> Die gesundheitlichen Auswirkungen von Zigaretten werden vor allem durch die Verbrennung des Tabaks verursacht.<sup>7</sup>

**Mythos 4: Das Prinzip der Schadensminderung – Tobacco Harm Reduction – beim Rauchen mit verbrennungsfreien Alternativen löst bisherige Präventionsmaßnahmen ab**

► *Falsch:* Der vollständige Verzicht auf Tabak- und Nikotinprodukte ist stets die beste Option. Das Konzept von Tobacco Harm Reduction, Schadensminderung beim Rauchen, soll bisherige Präventionsmaßnahmen nicht ersetzen, sondern pragmatisch ergänzen. Für diejenigen erwachsenen Raucher/-innen, die ansonsten weiterrauchen würden, könnte der vollständige Umstieg auf verbrennungsfreie und dadurch schadstoffreduzierte Alternativen sinnvoll sein, auch wenn diese nicht risikofrei sind, Nikotin enthalten und Langzeitstudien noch ausstehen.

**Mythos 5: Das entstehende Aerosol bei E-Zigaretten und Tabakerhitzern enthält laut Behörden um 80 bis 99 Prozent geringere Mengen schädlicher oder potenziell schädlicher Substanzen im Vergleich zu Zigarettenrauch**

► *Richtig:* Bei Tabakerhitzern wird der Tabak nicht verbrannt, sondern lediglich erhitzt, während bei E-Zigaretten ein meist nikotinhaltes E-Liquid verdampft wird. In beiden Fällen entsteht ein nachweislich schadstoffreduziertes Aerosol, welches um 80 bis 99 Prozent geringere Mengen schädlicher oder potenziell schädlicher Bestandteile im Vergleich zu Zigarettenrauch enthält.<sup>8,9</sup>

## kontakt.

**Philip Morris GmbH**  
Am Haag 14  
82166 Gräfelfing  
Tel.: +49 89 7247-0

Literatur



# DAS NEUE IMPLANTAT CORE-X<sup>®</sup>



## BESCHLEUNIGTE BEHANDLUNG BEI GERINGER KNOCHENDICHTE UND EXTRAKTIONSALVEOLEN

### AUS 3 GRÜNDEN:

1. Verbesserte Primärstabilität und Knochenkondensation
2. Verbesserte Osseointegration durch die UNICCA<sup>®</sup>-Oberfläche
3. Einfache Prothetik - eine einzige Verbindung für alle Implantate

## ENTDECKEN SIE DAS GESAMTE CORE-X<sup>®</sup> SORTIMENT



Scannen Sie diesen  
QR-Code für weitere  
Informationen