

Beyond Smoke – Die Welt der neuen Nikotinprodukte

Lungenliga Aargau



Einstiegsrätzel: Findet alle Nikotinprodukte



Auflösung



Nikotinprodukte: Snus



Was ist Snus?

- Rauchloser Tabak
- Nikotinaufnahme erfolgt über Mundschleimhaut

Was sind die Risiken und Folgen?

- Führt zu Zahnverfärbungen und Kariesbildung
- Erhöhtes Risiko für Krebs im Mund- und Rachenbereich
- Kann zu Schlafstörungen und Nervosität führen
- Sehr hoher Nikotingehalt
- Hohes Abhängigkeitspotential

Nikotinprodukte: Nikotinpouches



Was sind Nikotinpouches?

- Ähnliches Produkt wie Snus
- Enthält Nikotinsalze anstatt Tabak

Was sind die Risiken und Folgen?

- Erhöhtes Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen
- Führt zu Zahnfleischreizung, -rückgang und -empfindlichkeit
- Enthält über 180 Chemikalien
- Sehr hoher Nikotingehalt
- Hohes Abhängigkeitspotential

Faktencheck: Wahr oder Falsch?

Mit Snus hat man eine bessere
Ausdauer im Sport.

Falsch!

Jugendliche entwickeln schneller
eine Abhängigkeit als
Erwachsene.

Wahr!

Nikotinprodukte: Tabakerhitzer



Was sind Tabakerhitzer?

- «Heat-not-Burn»
 - Wird auf ca. 350 Grad erhitzt (bei Zigaretten sind es 600 bis 900 Grad)
- Tabakstick wird erhitzt (enthält Nikotin)

Was sind die Risiken und Folgen?

- Keine Langzeitstudien
 - Risiken nach mehrjährigem Konsum sind noch unklar
- Im Aerosol schweben über 500 Substanzen, viele davon schaden der Gesundheit oder führen zu Krebs

Faktencheck: Wahr oder Falsch?

Der Umstieg von Zigaretten auf
Tabakerhitzer führt zwangsläufig
zu einer Reduktion der
Nikotinabhängigkeit.

Falsch!

Nikotin kann die Entwicklung des
Gehirns bei Jugendlichen
beeinträchtigen.

Wahr!

Nikotinprodukte: Vapes



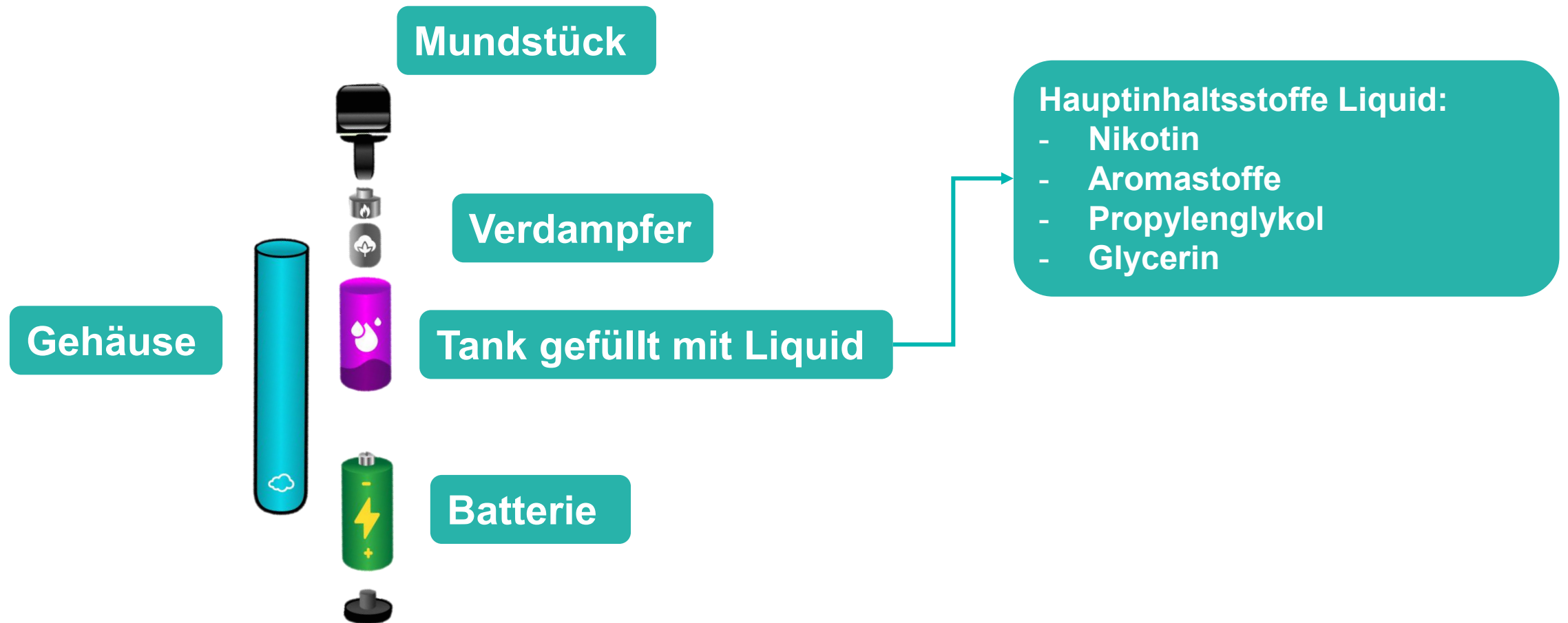
Was sind Vapes?

- Elektronische Zigaretten (E-Zigaretten)
- Enthalten meistens Nikotin

Was sind die Risiken und Folgen?

- Zielgruppe: Jugendliche
- Hohes Abhängigkeitspotential
- Enthalten viele chemische Inhaltsstoffe, die gesundheitsschädlich oder krebserregend sind
- Fördern Atemwegserkrankungen und Allergien
- Fehlende Langzeitstudien
 - Risiken nach mehrjährigem Konsum sind noch unklar

Woraus bestehen Vapes?



Faktencheck: Wahr oder Falsch?

Die elektrische Heizspirale in Vapes kann Metalle freisetzen, die im Dampf nachweisbar sind.

Wahr!

Aromastoffe in Vapes sind unbedenklich, weil sie auch in Lebensmitteln verwendet werden.

Falsch!

Umweltproblematik von Vapes

- Die Herstellung benötigt viele **Ressourcen**.
- **Vapes enthalten schädliche Stoffe**
(Lithium, Kobalt und Nickel, Schwermetalle, Nikotin und vieles mehr).
- Die Gesundheit von **Menschen, Tieren und Pflanzen** leidet.



Falsche Entsorgung

- Hausmüll
- Umwelt



Korrekte Entsorgung

- Elektroschrott
- Rückgabe bei der Verkaufsstelle

➤ Kann recycelt werden

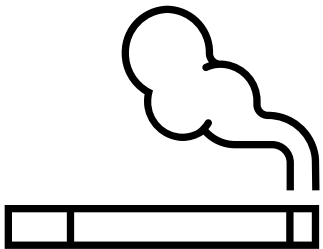
Vapes: Gesundheit und Umwelt



Nikotin und dessen Auswirkungen

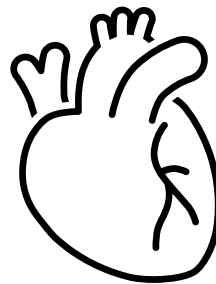
Was ist Nikotin?

- natürliches Insektizid der Tabakpflanze
- Nervengift
 - kann zu Vergiftungserscheinungen führen



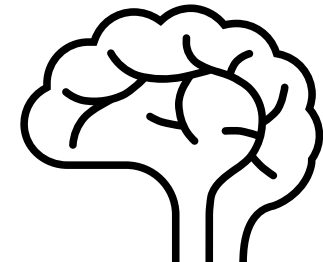
Körperliche Auswirkungen

- schlechtere Durchblutung
- Verengung der Blutgefässe (Bluthochdruck und Gefahr für Thrombosen)
- erhöht das Risiko für Lungenerkrankungen, Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

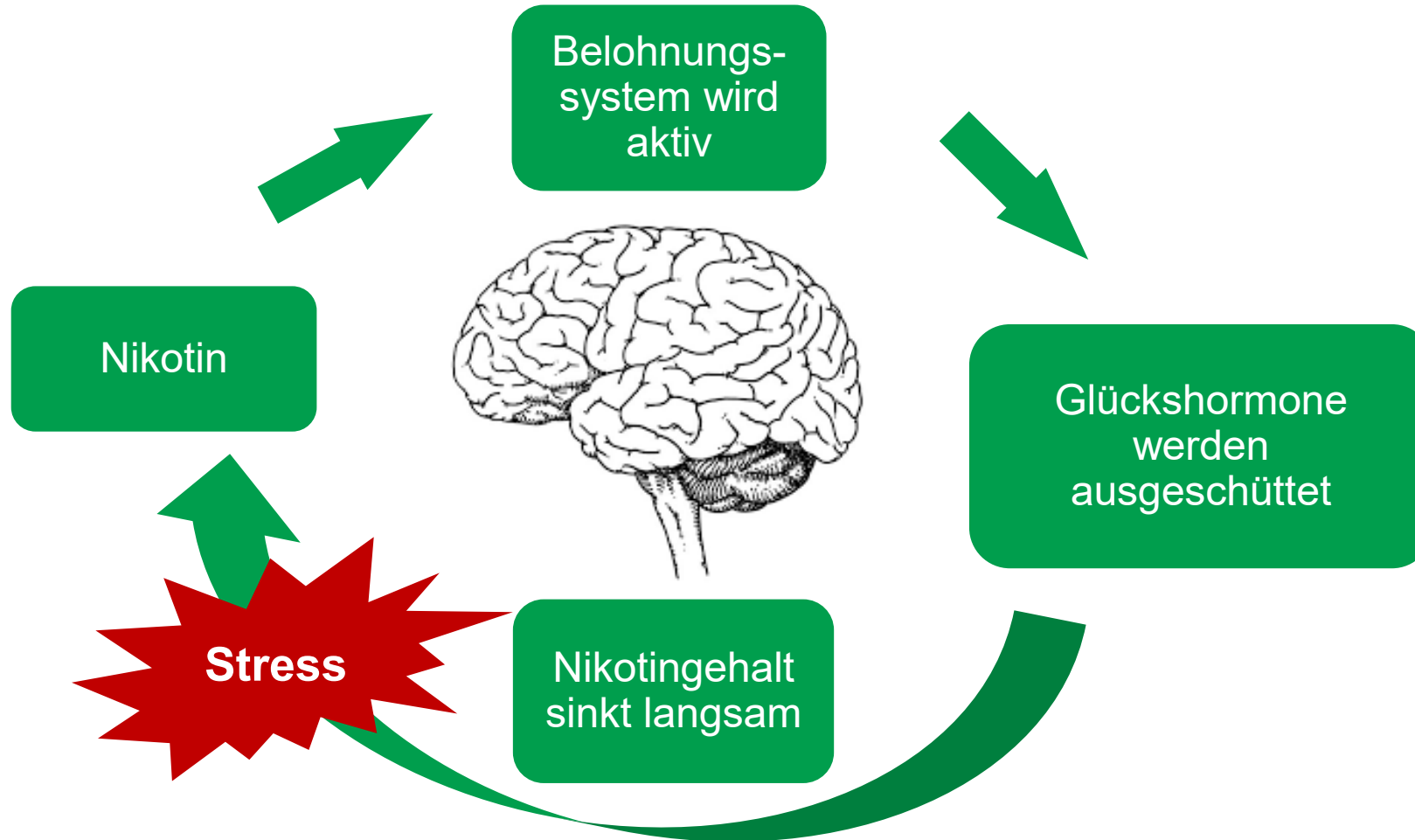


Neurologische Auswirkungen

- führt zu bleibenden Schäden im Gehirn
 - Gedächtnisverlust
 - Lernschwäche
 - Konzentrationsschwäche



Was passiert bei einer Sucht?



Vorteile, wenn ich suchtfrei bleibe:

Ich...



...lebe länger und gesünder.



...spare viel Geld.



...habe keine Entzugerscheinungen.



...habe weniger Stress.



...habe mehr Freiheiten.



...habe mehr Zeit für meine Hobbies und Freunde.



...erfülle eine Vorbildfunktion.

**Kahoot-Quiz:
Testet euer
Wissen rund ums
Thema neue
Nikotinprodukte!**

The background of the Kahoot! logo is a stylized world map divided into four quadrants: red (top-left), blue (top-right), yellow (bottom-left), and green (bottom-right).

Kahoot!

Vielen Dank!

Noch Fragen? Melde dich!

Lungenliga Aargau

www.lungenliga-ag.ch

062 832 40 00

gesundheitsfoerderung@llag.ch

nikotinstopp@llag.ch



Follow us on
Instagram!