

NICHTRAUCHER



ZEITUNG ¹/₂₀₂₃

Wichtige Informationen für Nichtraucher und abgewöhnungswillige Raucher

Aktiv seit 1975 (!) • Auflage 2.200 • € 10,00 • erscheint vierteljährlich

Zurück an: Thomas-Riss-Weg 10, 6020 Innsbruck **! Kein Interesse? Bitte dies auf dem Adressenschild vermerken und in den nächsten Postkasten werfen (unfrankiert und ohne Kuvert)! Werben Sie nach Möglichkeit weitere Mitglieder! Danke!**

„Wenn Sie immer noch glauben, dass die Industrie einfach Tabak in Papierhüllen stopft und nicht etwa eine fein abgestimmte Nikotindosis, dann hören Sie die Äußerungen eines leitenden Forschers in einem Tabakunternehmen, die kürzlich in einem lange Zeit versteckten Dokument entdeckt wurden. 1972 sagte er: Die Zigarette sollte nicht als ein Produkt, sondern als eine Verpackung verstanden werden. Das Produkt ist Nikotin. Die Zigarette dient als Spender einer Nikotindosis, ein Zigarettenzug als Vehikel des Nikotins.“ *WHO-Generaldirektorin Dr. Gro Harlem Brundtland, 9. Intern. Konferenz der Drogenregulierungsbehörden, Berlin, 27.4.1999.*

Sehr geehrte Leser!



Laut einer aktuellen Umfrage (4.11.2022) der japanischen Regierung, empfinden 83 Prozent der Menschen ab 18 Jahren Zigarettenrauch als unangenehm. Auf die Frage, was die Regierung in dieser Angelegenheit tun sollte, sprachen sich 48 Prozent der Befragten für strengere Maßnahmen gegen das Passivrauchen aus. Davon forderten etwa 60 Prozent, dass die Zahl der Raucherplätze im Freien, unter anderem auf der Straße und in Parks, reduziert werden sollte. Neuseeland mit den fortschrittlichsten Anti-Rauch-Maßnahmen will den ab 2009-Geborenen den Verkauf von Zigaretten verbieten und so eine rauchfreie Generation schaffen.

Und in Österreich? Passivrauchen ist gesundheitsschädlich! Nichtraucher sollten das nicht auf die leichte Schulter nehmen, sondern sich überall zur Wehr setzen, wo sie damit konfrontiert werden. **Nichtraucher müssen aktiv werden! Unterstützen Sie daher unseren Ein-**

satz für eine passivrauchfreie Gesellschaft! Rauchern fehlt oft das Verständnis dafür, dass sie kein Recht haben, ihre Sucht zu Lasten ihrer Mitmenschen in der Öffentlichkeit auszuleben. In den 48 Jahren unseres Wirkens hat sich zum Glück viel verändert. Das Rauchen wurde in vielen Bereichen (Arbeitsplatz, öffentlicher Raum inkl. Gastronomie usw.) verboten. Unsere Anliegen für einen wirksamen Nichtraucher- und

ruchselbstbelastung Balkon/Terrasse benützen und Fenster öffnen können. Nichtraucher müssen dieses Anliegen nur dem rauchenden Nachbarn zur Kenntnis bringen und Raucher- und Nichtraucherzeiten vereinbaren (siehe NRZ 4/2022, Seite 19).

Eigenartig, dass Raucher am liebsten überall ihre Sucht ungehindert befriedigen wollen, aber den Tabakrauch bzw. Dampf der E-Zigaretten sollen andere schlucken. Die eigene

Zigarettenrauch unangenehm

Umweltschutz muss in der Bevölkerung stärker wahrgenommen werden.

Ja, es gibt sie, die rücksichtsvollen Raucher, die ihren Stummel nicht einfach wegwerfen, sondern in mitgenommene Taschen-Aschenbecher entsorgen. Es gibt sie, die Raucher, die zwar direkt vor Eingängen rauchen, aber wenn man sie darum bittet doch ein paar Schritte auf die Seite zu gehen, damit der Rauch nicht nach innen zieht, dann tun sie es. Es gibt sie, die rauchenden Nachbarn, die das Gebot der gegenseitigen Rücksichtnahme akzeptieren und zu bestimmten Zeiten nicht rauchen, damit auch Nichtraucher ohne Ge-

Wohnung vollstinken? Nein! Man geht auf den Balkon, die Terrasse oder vor die Türe. Wohin der Rauch zieht - bis zu 60 Meter (!) von der Rauchquelle entfernt - ist ihnen egal. Wir brauchen einen besseren Nichtraucherschutz im Freien überall dort, wo mehrere Menschen zusammenkommen, um vor dem unangenehmen und schädlichen Zigarettenrauch bzw. E-Zigarettdampf geschützt zu sein: Außengastronomie, Haltestellen für Bus und Bahn, Spielplätze, Parks, Liegewiesen usw. Autofahrer, die den Tschick aus dem Fenster werfen sollen 100,- € zahlen!

Robert Rockenbauer, Bundesleiter

**Richtige Information führt zum richtigen Handeln!
Lesen Sie unsere Zeitung! Wichtig für Nichtraucher und Raucher!**

Auch im Freien leiden Passivraucher unter dem Qualm

Passivraucher werden nicht nur in geschlossenen Räumen zugequalmt, Gesundheitsgefahr besteht auch im Freien.

Wissenschaftler der Stanford-Universität in Kalifornien haben erstmals in einer großen Studie untersucht, wie sich Tabakqualm auf die Luft in Straßencafés, rund um Parkbänke und an anderen Orten im Freien auswirkt, wo sich Raucher gern eine Zigarette anzünden. Sie kamen zu dem Schluss, dass die Schadstoffbelastung in der Nähe eines Rauchers unter freiem Himmel zwar nur kurz anhält, aber kaum weniger intensiv ist als in geschlossenen Räumen.

„Es ist falsch zu glauben, dass sich der Rauch im Freien so schnell verflüchtigt, dass er keinen Schaden anrichten kann“, sagt Studienleiter Neil Klepeis. „Auf einer Parkbank neben einem Raucher atmet man Luft ein, die um ein Vielfaches belasteter ist als ‚normal‘ verschmutzte Luft.“

Rauchfreie Parks und Spielplätze

Wer mit einem Raucher an einem kleinen Tischchen im Straßencafé sitzt, der innerhalb einer Stunde zwei Zigaretten pafft, sei den gleichen Belastungen ausgesetzt wie ein Passivraucher in einem Lokal, in dem geraucht werden darf, so Mitautor Wayne Ott. Ähnliches gelte z. B. für Kinder auf einer Gartenparty.

Die Studienautoren fanden auch heraus, dass sich immer mehr US-Behörden mit dem Rauchen im Freien beschäftigten. So hätten bereits über 700 staatliche und kommunale Verwaltungen Rauchverbote für Spielplätze oder die Eingangsbereiche öffentlicher Gebäude erlassen. Beson-

ders strenge Gesetze existieren in Kalifornien. Die Stadtverwaltung von Santa Monica hat vor Kurzem ein Rauchverbot für Parks und Strände, aber auch vor Geldautomaten oder in Warteschlangen vor Kino- und Theaterkassen erlassen.

500 Mikrogramm Feinstaub pro Zigarette

Die Richtigkeit solch drastischer Maßnahmen stützen nun die Ergebnisse der Stanford-Studie. Die Wissenschaftler zeichneten die Schadstoffbelastung durch Zigaretten an verschiedenen Orten rund um den Campus mit elektronischen Messgeräten auf. Die empfindlichen Apparaturen stellten selbst winzige Verbrennungspartikel von Feinstaubgröße fest, so genannte PM_{2,5}. Sie können bis in die Lungenbläschen gelangen und die empfindlichen Atemwege irritieren.

(dpa) NRZ 1/2012



Poster P/33, DIN A 2, 42 x 59 cm, 2,20 €

Besser informiert

Die Nichtraucher-Zeitung (NRZ) erscheint 4 x jährlich und erhalten alle Mitglieder kostenlos. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 30,- Euro ohne weitere Verpflichtungen!

Gesundheitsbewusste Menschen sind aufgerufen, die Aufklärungsarbeit und Bewusstseinsstärkung mit dem Mitgliedsbeitrag oder einer Spende zu unterstützen.

Sie erfahren mehr über das Problem „Rauchen“ als Sie bisher schon gewusst haben. Wir schreiben, was sich andere nicht einmal zu sagen getrauen.

Wichtig für Eltern, Lehrer, Jugendliche, Nichtraucher und Raucher! Die Gefahren und Beeinträchtigungen des Passivrauchens werden ebenso aufgezeigt wie die Schäden des Rauchens. Wir sind nicht gegen die Raucher, sondern für den Schutz der Nichtraucher!

Nichtrauchen ist für uns weder eine Weltanschauung noch ein politisches oder religiöses Bekenntnis, sondern ganz einfach ein Normalzustand!

Nachsendungen

Die 8 Sonderausgaben 2021 und 2022 (I - VIII), können wir Ihnen für nur 40,- Euro inkl. Versand gerne nachsenden. 0664 9302958 oder nichtraucherschutz@aon.at

Wichtiger Hinweis!

Gendern ist eine sprachliche Verunstaltung, deshalb verzichten wir darauf.

Aus postalischen Gründen war es in der letzten Ausgabe nicht möglich, das Plakat „Frisch, fröhlich und frei. Nichtraucher sein.“ beizulegen. Bitte um sinnvolle Verwendung!

IMPRESSUM:

Medieninhaber und Verleger:

Österreichische Schutzgemeinschaft für Nichtraucher
Thomas-Riss-Weg 10, 6020 Innsbruck
Bundesleiter Robert Rockenbauer (RoRo)

Hersteller:

Wallig, Rossaugasse 1, 6020 Innsbruck

Mitgliedsbeitrag:

Mitgliedsbeitrag 30 Euro inkl. 4 Zeitungen.

Bankverbindung Tiroler Sparkasse:

IBAN: AT56 2050 3000 0007 5960
BIC: SPIHAT22XXX

Offenlegung:

Die *NichtRaucher-Zeitung* dient in erster Linie der Bewusstseinsstärkung und Aufklärung der Nichtraucher und wird **an Mitglieder kostenlos verteilt**.

Veröffentlichungen aus der *NichtRaucher-Zeitung* (NRZ) in anderen Medien sind unter Hinweis der Quelle und Zusendung

eines Belegexemplares erwünscht!

Persönlich und telefonisch erreichbar:

Beratungszentrum, Haller Str. 3

6020 Innsbruck

Montag - Freitag

10 - 12.30 Uhr, 15 - 18 Uhr

Telefon 0664 / 9302 958, Fax 0512/268025

neu: www.nichtraucherverein.at
nichtraucherschutz@aon.at

Rauch in Räumen, obwohl niemand raucht

Raucher produzieren jede Menge Schadstoffe. Das ist schon lange bekannt. Weniger weit verbreitet ist dagegen die Nachricht, dass Raucher die teils als krebserzeugend eingestufte Substanzen auch dann noch abgeben, wenn sie eine Zigarette längst ausgedrückt haben, warnt das Mainzer Max-Planck-Institut für Chemie. Denn Ablagerungen des Zigarettenrauchs haften an allen Oberflächen und der Haut und können auch so verbreitet werden. Das bedeute, dass gefährliche chemische Verbindungen selbst in Räume gelangen können, in denen noch nie geraucht wurde.

Man muss nicht neben einem qualmenden Raucher sitzen, um gesundheitsgefährdende Stoffe einzuatmen. Dafür genügt es schon, ihre Zigaretten-Ausdünstungen aus Kleidung, Haut und Haare aufzunehmen - zum Beispiel in einem Kino.

Forscher des Max-Planck-Instituts für Chemie und der Yale University haben diesen Schadstoff-Transfer nun genauer untersucht und festgestellt, dass Personen, die zuvor Tabakrauch ausgesetzt waren, beim Betreten eines zuvor strikt rauchfreien Raums jede Menge Schadstoffe mitbrachten, erläutert Drew Gentner von der Universität Yale. Die Vorstellung, dass man als Nichtraucher in einem rauchfreien Raum vor dem Passivrauchen geschützt sei, sei ein Trugschluss. Die Forscher führten ihre Experimente in einem Kino durch, in dem Rauchverbot herrscht. An vier aufeinander folgenden Tagen fanden sie dort während der Filmvorführung deutliche Konzentrationen von 35 chemischen Verbindungen aus Tabakablagerungen. Am überraschendsten seien dabei die Konzentrationen gewesen: „Die Emissionen waren vergleichbar mit dem Rauch von ein bis zehn Zigaretten“, berichtet das Max-Planck-Institut.

Aus Sicht der Forscher kommen die nachgewiesenen Schadstoffe, die dem Rauch von Zigaretten zugeordnet werden konnten, von den Rauchern selbst und deren Kleidung. Das

lasse nichts Gutes für die Luftqualität in Räumen mit vielen Menschen oder an schlecht belüfteten Orten ahnen. „In schlecht belüfteten engen Räumen, wie beispielsweise Autos, Bars, Zügen oder Wohnungen, werden die gefährlichen Emissionen vermutlich deutlich höher sein“. Besonders hoch war die Konzentration der rauchbedingten Luftschadstoffe - wie giftiges Benzol und Formaldehyd - nach Spätvorstellungen und nach Filmvorführungen mit Altersbeschränkung. Die Wissenschaftler führen das auf den hohen Anteil von Erwachsenen und möglichen Rauchern in diesen Vorstellungen zurück.

Gesundheitsgefährdung durch Rauchrückstände in Innenräumen

Eine Gesundheitsgefährdung durch die „Rauchemissionen aus dritter

Hand“ sei gegeben. Vor allem Säuglinge und Kinder seien hierdurch gefährdet. Rauchverbote verringerten zwar deutlich das Gesundheitsrisiko durchs Passivrauchen, völlig ausschalten konnten die Forscher es allerdings nicht. Bei einer weltweiten Raucherquote von etwa einem Fünftel blieben die gefährlichen Rückstände aus dem Tabakrauch ein großes gesundheitliches Risiko.

Ergebnisse der Studie weltweit auf Innenräume übertragbar

Nach Angabe der Autoren ist dies die erste Studie, die Schadstoffe von Zigarettenrauch in Innenräumen einer Nichtraucherumgebung nachweist. Obwohl die Forscher nur die Schadstoffe in einem Kinosaal überprüft haben, seien die Ergebnisse ihrer Untersuchungen auf eine ganze

Reihe von Innenräumen weltweit übertragbar, heißt es seitens der Wissenschaftler.

Saarbrücker Zeitung,
21.4.2020

Anmerkung RoRo:

Ganz eklig ist der Rauch in Straßenbahn und Bussen, wenn Raucher unmittelbar vor dem Einstieg noch ein paar kräftige Züge machen.

Ausgeamtet wird dann im öffentlichen Verkehrsmittel. Raucher dürften erst 16 Minuten nach dem letzten Lungenzug einsteigen, da sonst der Rauch aus ihren Lungen und Kleidung sich höchst unangenehm für nichtrauchende Fahrgäste bemerkbar macht. Der Tschick wird ohne auszudämpfen auf den Boden geworfen. Das finden Raucher ganz normal, sollte aber unter Strafe gestellt werden.

Wenn Nichtraucher ihren Unmut gegenüber solchen Rauchern höflich aber bestimmt zum Ausdruck bringen, könnte es dazu beitragen, dass sie das nächste Mal ein paar mal kräftig ausatmen bevor sie in ein öffentliches Verkehrsmittel einsteigen.



Papieraufkleber A/36, 10,5 x 5 cm, 0,60 Euro

Auch Balkonrauchen schützt nicht die Kinder

Selbst wenn die Eltern auf dem Balkon rauchen, wird bei den angeblich geschonten Kindern mehr Cotinin in den Haaren festgestellt als bei Nichtraucherkindern, so das Ergebnis einer Studie des Columbus Children's Hospital. Wird Tabakrauch inhaliert, nimmt der Körper Nikotin auf, das in Cotinin umgewandelt wird. Die Cotininbelastung der Kinder stieg und fiel übrigens mit der Einstellung der Eltern. Je risikobewusster die Eltern waren, desto geringer war die Cotininbelastung der Kinder. So ist besonders vom Rauchen im Auto, auch mit geöffnetem Fenster, abzuraten. Denn das Gesundheitsrisiko für Passivraucher ist um so höher, je kleiner der Raum ist.

Wer ein Empfinden für die Natur hat, raucht nicht!

Auch Balkon-Raucher gefährden die Gesundheit ihrer Kinder

Wissenschaftler der Deutschen Krebsforschungszentrale (DKFZ) in Heidelberg erklären in einer Mitteilung, dass Tabakrauch 4800 Chemikalien beinhaltet. Davon sind mindestens 250 für Menschen schädlich. Kinder werden davon noch mehr krank. **Auf dem Balkon oder auf der Terrasse zu rauchen, schützt die Kinder nicht vor Nikotin, krebserregenden Stoffen, Lungengängigen Elementarteilchen und weiteren giftigen Substanzen, denn sie werden mit ins Haus und den ganzen Wohnbereich gebracht.**

Besonders Babys seien von dem schädlichen Passivrauch gefährdet,

meinen die Experten der DKFZ. Babys krabbeln am Boden und nehmen alles Greifbare in den Mund. Der Nikotinwert im Hausstaub sei für die Kleinen in Raucherhaushalten sehr gefährlich.

Mediziner raten, nach dem Rauchen die Hände gründlich zu waschen sowie eine Mütze und Jacke beim Draußen-Rauchen zu tragen. Bei niedrigen Temperaturen ist dies auch kein Problem. Noch besser ist es natürlich, mit dem Qualmen ganz aufzuhören. Es schont die eigene Gesundheit und auch den Geldbeutel – und vor allem die Gesundheit der Kinder. *BUNTE.de, 17.1.2020 (gekürzt) (Vollständig in NRZ 3/2020)*

Passivrauch macht Haustiere krank

Jedem Raucher ist bewusst, dass er sich selbst und auch anderen Menschen schadet. Die Food and Drug Administration (FDA), die oberste Überwachungsbehörde für Lebensmittel und Arzneimittel in den USA, weist darauf hin, dass auch Tiere durch Passivrauch einer erheblichen Gefahr ausgesetzt werden.

Beim Verbrennen einer Zigarette entstehen etwa 5000 verschiedene Chemikalien. Fast 100 davon stuft die FDA als gefährlich oder potentiell gefährlich ein. Manche bleiben als Teerablagerungen zurück, sind schwer zu entfernen und belasten die Umgebung monatelang. „Wenn 58 Millionen Nichtraucher (USA, Anm.) dieser Belastung ausgesetzt sind, stellen Sie sich vor, wie viele Tiere zur gleichen Zeit betroffen sind“, sagt FDA-Tierärztin Carmela Stamper.

Die FDA weist darauf hin, dass das Krebsrisiko durch Passivrauch auch bei Tieren steigt. Bei Hunden ist zum Beispiel die Länge der Nase ausschlaggebend: Ist sie lang, kann sie mehr Schadstoffe aufnehmen und das Nasenkrebsrisiko steigt. Ist sie

kurz, steigt die Gefahr für Lungenkrebs. Katzen haben noch ein weiteres Problem: Sie putzen sich mit der Zunge und nehmen dabei Schadstoffe auf, die sich auf ihrem Fell befinden. Dadurch steigt das Risiko für aggressivere Tumore, oft sind dabei Blut- oder Immunsystem betroffen. Vögel sind sehr empfindlich was Veränderungen der Luftzusammensetzung angeht. Sie können Lungenentzündungen und –krebs, Allergien, Augen-, Lungen-, Herz- und Fruchtbarkeitsprobleme bekommen. Sogar Fische sind durch Passivrauchen gefährdet: Nikotin ist gut wasserlöslich und kann bei Fischen zu Muskelkrämpfen, Farbverlust und sogar zum Tod führen.

Wenn ein Haustier eine Zigarette oder einen Teil davon gefressen hat, muss es umgehend vom Tierarzt behandelt werden. Zeichen einer Nikotinvergiftung eines Haustieres sind Erbrechen, Sabbern, Instabilität, Müdigkeit, erhöhte Herzfrequenz, Zittern und allgemeine Schwäche.

AW, aponet.de

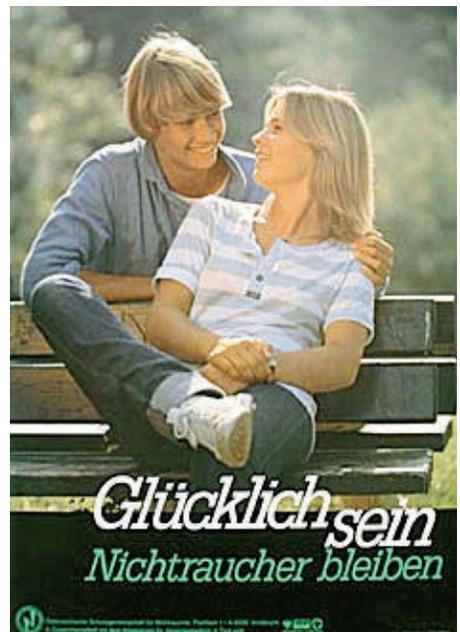
Alkohol steigert Krebsrisiko

Heidelberg – Angesichts Tausender alkoholbedingter Krebsneuerkrankungen pro Jahr appellieren deutsche Experten an die Politik, die Steuern für Alkohol zu erhöhen, das Abgabalter auch bei Bier und Wein von 16 auf 18 Jahre anzuheben und die Werbung, z. B. bei Sportveranstaltungen, einzuschränken.

„Vielen Menschen ist nicht bewusst, dass Alkohol ein erheblicher Krebsrisikofaktor ist“, sagt Katrin Schaller vom Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ) in Heidelberg. In Deutschland gingen Schätzungen zufolge jedes Jahr über 20.000 Krebsneuerkrankungen auf das Konto des Alkoholkonsums. Am stärksten ist nach Angaben der Autorin des Alkoholatlas 2022 der Einfluss auf Darmkrebs, auf Krebserkrankungen des Mund- und Rachenraums, der Leber, Speiseröhre und der Brust. Bereits ein geringer Alkoholkonsum von bis zu 12,5 Gramm Alkohol pro Tag erhöht das Risiko. Die meisten durch Alkoholkonsum verursachten Todesfälle treten demnach im Alter von 20 bis 50 Jahren auf. *(dpa)*

Tiroler Tageszeitung, 13.9.2022

Anmerkung RoRo: Wir fordern schon lange ein Werbeverbot für Alkohol und Konsumerlaubnis erst ab 18 Jahren. Ob das DKFZ mehr Erfolg haben wird? Viel Leid und vorzeitiger Tod könnte vermieden werden.



*Glücklich sein
Nichtraucher bleiben*

© 2022 Deutscher Tabakverband e.V. / Deutscher Tabakverband e.V. / Deutscher Tabakverband e.V.

Poster P/19, 42 x 59 cm, 2,20 Euro

**Nicht die Jahre
in unserem Leben zählen,
sondern das Leben
in unseren Jahren!**

Saubere Luft ist ein Menschenrecht, das es zu schützen gilt. Luft durch Tabakqualm und E-Zigaretten dort zu verpesten, wo sich Nichtraucher aufhalten, ist ein Menschenunrecht!

Asthma: Passivrauch schädigt noch die Enkel

Passivrauchen schadet insbesondere Kindern – und das über Generationen. Eltern, die im Beisein ihrer kleinen Söhne rauchen, belasten nicht nur deren Gesundheit, sondern erhöhen damit selbst noch das Asthmarisiko ihrer Enkelkinder.

Schon länger ist bekannt, dass Frauen, die in der Schwangerschaft rauchen, das Asthmarisiko ihrer Kinder begünstigen. Zudem gibt es Hinweise, dass dies auch für Kinder gilt, deren Väter vor Abschluss der Pubertät mit dem Rauchen anfangen.

Ein Forschungsteam um Jiacheng Liu und Dr. Dinh Bui von der *Universität Melbourne* hat untersucht, welche aus einer Gruppe von 1.689 Kindern, die in Tasmanien aufgewachsen waren, im Alter von sieben Jahren Asthmasymptome gezeigt hatten. Dies verglichen die Forschenden mit Angaben dazu, ob die Väter dieser Kinder in einem Alter von unter 15 Jahren Passivrauch ausgesetzt waren.

Von den Großeltern über den Vater zum Kind

„Unsere Ergebnisse zeigen, wie sich durch Rauchen verursachte Schäden nicht nur auf die Raucher selbst, sondern auch auf deren Kinder und Enkelkinder auswirken können“, erklärt Bui. So war das Risiko

für nicht-allergisches Asthma für Kinder passivrauchgeschädigter Väter um 59 Prozent höher als für Kinder von Vätern mit weitgehend rauchfreiem Elternhaus.

„Das Risiko war sogar noch höher, wenn die Väter nicht nur Passivrauch ausgesetzt waren, sondern später auch selbst rauchten – nämlich um 72 Prozent“, erklärt der Forscher. Vorbelastete Männer könnten das Risiko, das sie an ihre eigenen Kinder weitergeben, demnach immerhin noch verringern, wenn sie selbst auf das Rauchen verzichten.

Einen Zusammenhang für allergisches Asthma fanden die Forschenden übrigens nicht.

Epigenetische Veränderungen in den Keimdrüsen?

Die Mechanismen, die der generationenübergreifenden Risikoerhöhung zugrunde liegen, sind nicht geklärt, doch haben die Forschenden erste Hypothesen: „Wir können nicht mit Sicherheit sagen, wie dieser Schaden über Generationen weitergegeben wird, aber wir denken, dass es mit epigenetischen Veränderungen zu tun haben könnte“, erklärt Studienleiter Prof. Shyamali Dharmage.

Bei epigenetischen Veränderungen beeinflussen Umweltfaktoren wie Tabakrauch zwar nicht den geneti-

schon Code selbst. Sie bewirken aber, welche Gene abgelesen werden – und in welchem Umfang. Dazu legen sie gewissermaßen Schalter um, die einzelne Gene aktivieren oder stummschalten. Solche epigenetischen Veränderungen können vererbt werden. „Sie sind aber möglicherweise in jeder Generation zum Teil umkehrbar“, so der Wissenschaftler.

Veränderungen in den Spermien produzierenden Zellen

Denkbar sei, dass Tabakrauch bei Söhnen epigenetische Veränderungen in bestimmten Zellen hervorruft, die später Spermien produzieren, so Dharmage. So könnten die erwachsenen Söhne dann entsprechende Veränderungen an die eigenen Kinder weitergeben.

Die Forscher wollen in einem nächsten Schritt untersuchen, ob das erhöhte Asthmarisiko bis ins Erwachsenenalter anhält und ob Väter, die als Kinder Passivrauch ausgesetzt waren, auch ein höheres Risiko für Allergien oder andere Lungenerkrankungen an ihre Kinder weitergeben.

Als Datenbasis nutzten die Forschenden die Tasmanian Longitudinal Health Study (TAHS), die bereits seit 1968 läuft.

Von Christiane Fux, NetDoktor
23. September 2022

Nicht nur Passivrauch, auch vollgequalmte Kleidung macht auf Dauer krank

Eine neue Studie zeigt: Schon kurzer Kontakt mit vollgequalmten Klamotten ist für den Träger giftig.

Rauchen ist ungesund. Und zwar nicht nur, wenn man sich die Giftstoffe direkt in die Lunge zieht, sondern auch, wenn sich die Partikel auf Oberflächen ablagern und dann bei Berührung über die Haut in den Organismus gelangen. „Third Hand Smoke“ nennen das die Experten.

Verrauchte Kleidung kann bei Kontakt auf Dauer die Haut schwer

schädigen. Das hat ein Forscherteam der University of California herausgefunden.

Für die Klamotten-Studie sollten zehn Nichtraucher zwischen 22 und 45 Jahren drei Stunden lang verrauchte Kleidung tragen. Die Forscher schickten die Teilnehmer aufs Laufband, durchs Schwitzen nahmen sie über die Haut mehr Rauchpartikel auf. Vor und nach dem Experiment untersuchten die Forscher Blut und Urin der Teilnehmer.

Das Experiment zeigte: Schon der kurze Kontakt schadet der Haut. Die

Forscher fanden Biomarker in den Proben, die darauf hinweisen, dass die Giftstoffe die DNA der Probanden schädigen, das Immunsystem schwächen und zu Entzündungen führen können. All das kann Hautkrankheiten begünstigen. Mit einmal Lüften ist es übrigens nicht getan, denn Tabakreste können sich über Monate auf Oberflächen und in der Kleidung halten.

Von Isabel Pogner (gekürzt)
nordbayern.de
20.11.2022

Information ist der erste Schritt zum Nichtrauchen!

Tabakrauch: pures Gift für Kinder

Passivrauchen stoppen - Kinder schützen

Passivrauchen ist für alle Bevölkerungsgruppen ein unterschätztes Gesundheitsrisiko, ganz besonders aber für Kinder. Da ihr Atemwegssystem noch nicht voll ausgebildet ist, sind sie viel anfälliger für die Schadstoffe aus dem Zigarettenrauch. Neue Studien belegen, wie vielfältig die gesundheitlichen Folgen sein können.

Im privaten Umfeld ist es für viele Menschen noch immer schwer, sich dem Rauch zu entziehen. Das gilt besonders für Kinder - denn im Gegensatz zu Erwachsenen haben sie oft keinen Einfluss darauf, ob sie sich in einer verrauhten Umgebung aufhalten. Außerdem atmen sie schneller, wodurch die Giftstoffe schneller in hohen Konzentrationen in ihren Körper gelangen. Rauchen Kinder regelmäßig passiv, können so schnell hohe Mengen an schädlichen Substanzen zusammenkommen. Die Folge: breit gefächerte Gesundheitsprobleme.

Tabakrauch: pures Gift für Kinder

Für noch ungeborene Kinder ist Passivrauchen besonders gefährlich. Raucht eine werdende Mutter, werden die Giftstoffe über die Nabelschnur an das Ungeborene weitergegeben. Das kann zu einer Früh- oder Fehlgeburt führen. Auch die Lunge oder andere Organe des Kindes können dauerhaft geschädigt werden.

Auch später sind die Giftstoffe des Zigarettenrauchs für Kinder sehr schädlich. Studien belegen die umfangreichen Folgen, die Passivrauchen in der Kindheit haben kann, zum Beispiel:

- **Plötzlicher Kindstod (SIDS):** Die genauen Ursachen des plötzlichen Kindstodes sind noch immer nicht vollständig geklärt. Belegt ist aber: Kinder aus Raucherhaushalten sind zwei- bis viermal so oft betroffen wie Nichtraucher Kinder.

- **Krebs:** Besonders Lungenkrebs wird durch aktives und passives Rauchen gefördert. Aber auch für Kehlkopf- und Rachenkrebs konnte bereits ein Zusammenhang nachgewiesen werden.

- **Chronisch-obstruktive Lungenerkrankung (COPD):** Neue Studien

haben belegt: Waren Kinder dem Zigarettenrauch ihrer Eltern ausgesetzt, erhöht das ihr Risiko, als Erwachsene an COPD zu sterben.

- **Asthma:** Passivrauchende Kinder haben nicht nur ein erhöhtes Risiko, an Asthma zu erkranken - ihre Anfälle verlaufen im Schnitt auch heftiger als die anderer erkrankter Kinder.

- **Atemwegsinfekte:** Oft beeinträchtigt Passivrauchen die Lungenentwicklung von Kindern. Sie bekommen häufiger Bronchitis oder Lungenentzündung.

- **Herz-Kreislauf-Erkrankungen:** Zigarettenrauch führt dazu, dass Blutgefäße sich verengen. Das erhöht das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

- **Psychische Symptome:** Erste Studien legen nahe, dass Passivrauchen die Wahrscheinlichkeit für ADHS, Verhaltensauffälligkeiten und verminderte kognitive Fähigkeiten erhöht.

Es hilft dabei kaum, wenn die Eltern nur außerhalb der Wohnung rauchen, denn Studien belegen: Auch Kinder von sogenannten Balkonrauchern haben eine siebenfach erhöhte Belastung durch Tabakschadstoffe. Neben dem Passivrauchen spielt hier auch der sogenannte Dritthandrauch eine Rolle. Damit sind Rauchrückstände gemeint, die beispielsweise auf Möbeln, Kleidung oder auch im Staub zurückbleiben - und gerade kleine Kinder, die durch die Wohnung krabbeln, atmen diese dann ein.

Haupt- und Nebenstromrauch

Rund ein Viertel des Zigarettenrauches - den sogenannten Hauptstromrauch - inhaliert der Raucher selbst. Der Rest wird als Nebenstromrauch an die Umgebung abgegeben, während die Zigarette verglimmt. Was viele nicht wissen: Durch die verschiedenen Verbrennungstemperaturen sind die beiden Raucharten unterschiedlich zusammengesetzt. Im Nebenstromrauch sind schädliche Substanzen oft deutlich stärker konzentriert - was das Passivrauchen umso gefährlicher macht.

So schützen Sie Ihr Kind

- Es gibt beim Passivrauchen keine unbedenkliche Untergrenze. Anders gesagt: Jede einzelne Zigarette, auf die Sie verzichten, ist ein Beitrag zur Gesundheit Ihres Kindes. Experten empfehlen, dass Paare mit Kinderwunsch noch vor der ersten Schwangerschaft mit dem Rauchstopp beginnen und ihre Wohnung so gut wie möglich von Rauchrückständen befreien.

- Besonders stark werden Kinder in kleinen, abgeschlossenen Räumen, zum Beispiel im Auto, belastet. Schon nach einer einzigen Zigarette sind die Schadstoffe ähnlich konzentriert wie in einer Raucherhütte - selbst dann, wenn ein Fenster geöffnet ist, wie Praxistests zeigen. Verzichteten Sie daher im Auto auf das Rauchen und bitten Sie auch Ihre Mitfahrer darum.

- Auch wenn Ihr Kind nicht anwesend ist, können sich Schadstoffe an Tapeten, Oberflächen, Kleidung und Haaren festsetzen. Machen Sie Ihre Wohnung zu einem rauchfreien Raum und halten Sie Fenster und Türen geschlossen, wenn zum Beispiel Gäste auf dem Balkon oder im Garten rauchen.

- **Verbringt Ihr Kind Zeit bei Freunden oder Verwandten, bitten Sie diese, zumindest in Gegenwart Ihres Kindes nicht zu rauchen.**

Jana Kehr, 17.02.2022

Techniker Krankenkasse

Wie schädlich ist Rauchen?

Alle 45 Minuten „verlangt“ der Körper eines Rauchers nach Nikotin. Jede weitere Minute ohne Nikotin macht den Abhängigen reizbar, gestresst und unpässlich. In nur 60 Minuten inhaliert ein Nichtraucher in geschlossenen Räumen in etwa die Tabakmenge einer ganzen Zigarette, als hätte er diese selber auf Lunge geraucht.

Jedes Jahr versterben weltweit mehr Menschen an den Folgen der Nikotinsucht als an HIV Aids, Mord, Selbstmord, Kokain, Heroin und Alkohol zusammen.

Finnland verschärft Tabakgesetz

Das finnische Tabakgesetz wurde verschärft, als der Präsident der Republik am 13. April 2022 die Änderungen genehmigte. Die neuen Änderungen beinhalten die Entfernung von Markenbildern und -logos von den Packungen von Tabakerzeugnissen, elektronischen Zigaretten und Nachfüllbehältern, was die Einführung einer einfachen Verpackung für diese Produkte bedeutet. Ziel ist es, die Attraktivität von Tabakerzeugnissen insbesondere für junge Menschen zu verringern.

Zusätzlich zu dem bereits bestehenden Verbot der Verwendung von charakteristischen Geschmacks- und Aromastoffen für Zigaretten, Tabak zum Selbstdrehen und Liquids für elektronische Zigaretten, das 2016 verabschiedet wurde, erweitert das Tabakgesetz das Verbot auf Produkte, mit denen Verbraucher den Geschmack von Tabakerzeugnissen selbst verändern können, wie z. B. Aromakarten.

Darüber hinaus verbietet die neue Verordnung das Rauchen an öffentli-

chen Stränden während der Badesaison (Anfang Mai bis Ende September), auf Spielplätzen und in Außenbereichen von Einrichtungen, in denen Personen unter 18 Jahren nach dem Kinderschutzgesetz oder dem Gesetz über psychische Gesundheit betreut werden.

Für Unternehmen, die Tabakerzeugnisse herstellen und importieren, wird eine jährliche Überwachungsgebühr eingeführt, die sich nach dem Verkaufsvolumen der Produkte richtet und an die nationale Aufsichtsbehörde für Wohlfahrt und Gesundheit zu zahlen ist. Diese Gebühren werden für die Verstärkung der Produktkontrolle verwendet.

Die Änderungen traten am 1. Mai 2022 in Kraft, mit Ausnahme der Verordnung über einfarbige/einheitliche Verpackungen, die am 1. Mai 2023 in Kraft treten wird. Gesonderte Bestimmungen zu den technischen Details in Bezug auf die Gestaltung von Verpackungen und Produkten wurden in einem Erlass erlassen. Was

das Verbot von Aromen betrifft, so dürfen Produkte, die sich bereits in Geschäften und Lagern befinden, bis zum 30. April 2023 verkauft werden.

Ziel des finnischen Tabakgesetzes ist es, den Konsum von Tabak- und Nikotinerzeugnissen zu beenden. Um dieses Ziel bis Ende 2030 zu erreichen, müssen die systematischen und zielgerichteten Maßnahmen fortgesetzt und weiterentwickelt sowie neue Aktionen beschlossen werden. Aus diesem Grund hat das Ministerium für Soziales und Gesundheit im Februar 2022 eine neue Arbeitsgruppe für die Entwicklung der Tabak- und Nikotinpolitik eingesetzt. Die Arbeitsgruppe wird ihre Vorschläge zur Beendigung des Konsums von Tabak- und Nikotinprodukten, zur Verbesserung des rauchfreien Wohnens und zur Anhebung des Mindesterwerbsalters für Tabak- und Nikotinprodukte von 18 Jahren bis Ende Januar 2023 vorlegen.

WHO FCTC, 1.5.2022

„Nikotin: Droge mit Zukunft“

Die TV-Dokumentation „Nikotin: Droge mit Zukunft“ ist sehr empfehlenswert. Sie lief im September und Oktober 2020 im Sender ARTE.

Dieser Film von *Bärbel Merseburger-Sille* beleuchtet die Gegenwart des Rauchens: Tabak hat in Industrieländern ein schlechtes Image. Es ist nicht mehr sozial anerkannt, Zigaretten zu verkaufen. Es ist zusehends weniger sozial anerkannt, Zigaretten zu rauchen. Daher musste für die Tabakindustrie etwas Neues her. Nun ist die E-Zigarette die „Zigarette im modernen Gewand“. Nikotin ist ein Milliardengeschäft, und die Industrie tut alles, damit es auch so bleibt. Der Konsum der E-Zigarette steigt stark: von 7 Millionen Konsumierenden weltweit (2011) auf 41 Millionen weltweit (2018).

E-Zigaretten werden als „gesunde Alternative“ beworben. Plötzlich scheint es möglich zu rauchen, ohne seiner Gesundheit massiv zu schaden. Aber soll man der Tabakindustrie vertrauen, wenn sie mit gesponserten Studien belegen will, dass E-Zigaretten weniger schädlich sind? Die

Motivation der Tabakindustrie ist, das Geschäft mit der Nikotinabhängigkeit aufrecht zu erhalten.

Yves Martines vom „Comité National Contre le Tabagisme“ (Frankreich) stellt in dem Film fest: „Ziel der Tabakindustrie ist, dafür zu sorgen, dass die Konsumenten nikotinabhängig bleiben – nicht, dass sie von der Nikotinabhängigkeit loskommen. Die Konzerne sagen uns nun: Ich helfe dir dabei, von der Nikotinabhängigkeit loszukommen. Was sie aber meinen ist: Ich werde dafür sorgen, dass du nikotinabhängig bleibst – indem ich dich glauben lasse, dass du die Risiken für deine Gesundheit verringerst.“

Die Verkaufsstrategie der neuen Produkte hat zentrale Elemente: Gefährlichkeit verschleiern, Zweifel streuen an wissenschaftlichen Erkenntnissen, Suchtpotenzial leugnen, Zusammenhang mit Modernität herstellen, Botschaften über „neutrale“ Mittelsmänner vermitteln. All dies ist nicht neu. Es gab diese Strategie schon vor Jahrzehnten, damals noch auf die Tabakzigarette ausgerichtet.

Stanton Glantz, Center for To-

bacco Control Research and Education, University of California zeichnet von den neuen Nikotinprodukten ein pessimistisches Bild: „**E-Zigaretten sind der perfekte Betrug. Sie sind der perfekte Trick.** Sie werden als Möglichkeit zur Raucherentwöhnung beworben. Es stimmt: Einige Leute konnten mit Hilfe von E-Zigaretten erfolgreich mit dem Rauchen aufhören. Aber für die Mehrheit der Raucher, die auf E-Zigarette umsteigen, wird es dadurch schwieriger, mit dem Rauchen aufzuhören.“ Er ergänzt: „**Noch sind wir nicht so weit. Aber ich denke, am Ende werden wir erkennen, dass E-Zigaretten fast so gefährlich sind wie herkömmliche Zigaretten.**“

22.9.2020



Papieraufkleber A/17e
1 Streifen = 5 Stück
ø 4 cm, 0,40 Euro

Zigarettenqualm schädigt das Auge

Ein japanisches Forscherteam beschäftigt sich in einer im September im „Scientific Reports“ veröffentlichten Studie mit der Beeinflussung von Zigarettenqualm und Aerosolen von Tabakerhitzern auf das Sehvermögen. Das Ergebnis: Chemische Verbindungen im Tabakrauch verursachen schädliche Eisenablagerungen im Hornhautepithel, die ein Absterben der Zellen in Gang setzen können. Dabei mache es keinen Unterschied, ob das verwendete Produkt Teer oder Nikotin erhält. Der Tabak in erhitzter oder verbrannter Form schädige immer die Zellen. Das heißt auch bei neuen Geräten wie bei Tabakerhitzern, die die Tabakblätter stark erhitzen, ohne sie jedoch zu verbrennen, und auch beim Passivrauchen kann es laut der Studie zu Hornhautschädigungen kommen.

**Trockene Augen
sind ein häufiges Problem**

„Die Hornhaut ist die äußerste Oberfläche des Auges und Umwelt einflüssen wie Chemikalien, Licht und Infektionen ausgesetzt“, sagt Wataru Otsu, Biomediziner an der Gifu Pharmaceutical University in Japan und Leiter der Studie. Menschen, die Tabak rauchen, leiden laut Otsu doppelt so häufig unter trockenen Augen wie Nichtraucher. Um herauszufinden, welche Vorgänge ablaufen, wenn Zigarettenqualm ins Sehorgan gelangt, setzten die Forscher menschliche Hornhautepithelzellen einem Zigarettenrauchextrakt aus, welcher die meisten der beim Rauchen inhaliierten Inhaltsstoffe enthält. Dabei fanden sie heraus, dass in der Gruppe von Zellen, die dem Rauchextrakt oder den erhitzten Tabakaerosolen ausgesetzt waren, innerhalb von 24 Stunden mehr abgestorben waren, als in der anderen Gruppe, die nicht mit dem Rauch in Kontakt kam. Laut den Wissenschaftlerinnen und Wis-

senschaftlern deutet das darauf hin, dass Tabakprodukte eine Art programmierten Zelltod in den Epithelzellen auslösen, der durch Eisen beschleunigt wird. Dieser Vorgang heißt Ferroptose.

Möglicher Behandlungsansatz entdeckt

Möglicherweise könne dieser Vorgang jedoch gestoppt werden. Das Forscherteam fand auch heraus, dass mehr Zellen überlebten, wenn diese Stoffe erhalten, die Eisen binden oder die Ferroptose blockieren können. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass eine Behandlung mit Ferroptose-Hemmern Rauchern helfen könnte, die an Hornhautschäden leiden. Hier sind laut Otsu noch weitere Untersuchungen nötig.

*Katharina Jansen
DOZ, 12. November 2021*

Rauchen ist die größte Feinstaubbelastung!

Die in der EU festgelegten, gesetzlichen Grenzwerte für Stickstoffdioxid (NO₂) und Feinstaub haben keine ausreichende wissenschaftliche Grundlage. „Wenn das Einatmen von Stickstoffdioxid (NO₂) in einer Dosis von mehr als 40 Mikrogramm pro Kubikmeter tatsächlich gesundheitsschädlich wäre - wie es der EU-Grenzwert impliziert -, dann müssten ja alle Raucher nach wenigen Monaten tot umfallen! Das ist aber nicht der Fall, obwohl Tabakrauch der weitaus schlimmste Feinstaub ist“, gibt Prof. Dieter Köhler zu bedenken, ehem. Vorstandsmitglied des Verbands Pneumologischer Kliniken (VPK), ehem. Präsident der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP) und langjähriger Ärztlicher Direktor einer Fachklinik für Lungenerkrankungen. „Es geht nicht darum, Luftschadstoffe zu verharmlosen, sondern darum, korrekt und evidenzbasiert festzulegen, ab welcher Menge sie tatsächlich gesundheitsgefährdend sind. Die in den Medien veröffentlichte Anzahl vorzeitiger Todesfälle, die angeblich durch erhöhte Stickstoffdioxidbelastungen verursacht wurden, beruhen auf Hochrechnungen in epidemiologischen

Studien, in denen **Korrelationen unzulässigerweise zu Kausalitäten** umgedeutet wurden, ohne mögliche weitere Einflüsse (so genannte confounder wie z. B. Rauchen, Passivrauchen, Alkoholkonsum, Bewegungsmangel, Ernährungsweise etc.) adäquat zu berücksichtigen“, kritisiert Prof. Köhler, der sich auch über das Thema Deposition und Elimination von Aerosolen (Stäube und Tröpfchen) in der Lunge habilitiert hat.

Ein Rechenbeispiel soll die tatsächlichen Verhältnisse veranschaulichen: Mit einer einzigen Zigarette inhaliert ein Raucher bis zu 1000 Mikrogramm Stickstoffdioxid (NO₂). Bei einem Zigarettenkonsum von einer Schachtel am Tag kommen rund 20.000 Mikrogramm NO₂ zusammen, und nach einem Monat etwa 600.000 Mikrogramm. Nach einem Jahr hat der Betroffene dann allein durch Rauchen eine Menge von 7,2 Gramm NO₂ angesammelt. „Würde demgegenüber ein Nichtraucher rund um die Uhr an einer vielbefahrenen Straße stehen und 50 Mikrogramm NO₂ pro Kubikmeter (also mehr als der Grenzwert vorgibt) einatmen, hätte er nach 24 Stunden 9 Kubikmeter Luft und somit 450 Mikrogramm

NO₂ eingeatmet. Nach einem Jahr ergibt das 164.000 Mikrogramm NO₂. Diese Menge inhaliert der Raucher in diesem Beispiel bereits in acht Tagen! Wenn Grenzwertüberschreitungen tatsächlich so todesursächlich wären, wie impliziert wird, müssten Raucher also eine Lebenserwartung von nur wenigen Monaten haben“, schlussfolgert Prof. Dr. Martin Hetzel, Vorstandsmitglied des VPK und Chefarzt einer Stuttgarter Lungenfachklinik unweit der Neckartormessstelle.

In Deutschland ist mit Sicherheit noch kein einziger Mensch durch Stickstoffdioxid gestorben, betonen die Lungenfachärzte des VPK. Ganz ähnlich verhält es sich mit dem Feinstaub: Hier wurde der gesetzliche Grenzwert auf 50 Mikrogramm pro Kubikmeter festgelegt, wobei Zigarettenrauch das Millionenfache an Feinstaub enthält. „Sterben tun die Raucher dennoch meist erst nach 40 bis 60 Jahren - dann haben sie eine zig millionenfach höhere Dosis Feinstaub neben vielen weiteren toxischen Substanzen eingeatmet“, bekräftigt Prof. Köhler.

*www.lungenaerzte-im-netz.de
23.11.2018*

Rauchfreie Lokale tragen wesentlich zum Umweltschutz bei

In der ganzen Raucherdebatte meist unerwähnt und von den Wirten selbst unterschätzt ist der sehr hohe Anteil an Strom- und Wärmeenergie für den Betrieb von Lüftungsanlagen bei Raucherlokalen.

Der Mindest-Außenluftvolumenstrom für einen Raum mit Raucher beträgt 50 m³/h pro Sitz- oder Stehplatz. Ohne Raucher nur 30 m³/h, das entspricht also 40 % weniger Leistung für die Lüftungsanlage.

Die eingebrachte Außenluft muss ja auf 22 bis 24°C erwärmt werden und für den Betrieb der Lüftung braucht es Ventilatoren mit Elektromotoren bei der Zuluft und bei der Abluft.

Beispiel:

Bei einem Lokal mit 100 Sitzplätzen braucht es in der Nichtraucher-ausführung 20 m³/h weniger Außenluft pro Sitzplatz. Also die Lüftungsanlage kann in diesem Beispiel anstatt mit 5000 m³/h Luftleistung mit nur noch 3000 m³/h Luftleistung betrieben werden. Bei einer Jahresmittel-Temperatur von 12°C und 2080 Betriebsstunden im Jahr ergeben sich folgende Einsparungen:

8400 kWh/a Heizenergie, das entspricht ungefähr 840 Liter an Heizöl bzw. jährlich 4600 kg CO₂ Einsparung.

Und bei der Ventilator-Motorleistung (ändert sich zur 3. Potenz) sind es 9800 kWh/a Strom, das entspricht ungefähr jährlich 2700 kg CO₂ Einsparung (Österr. Strommix laut OIB).

Also in Summe bei einem 100 Personen-Lokal eine jährliche CO₂-Einsparung von 7300 kg. Nun könnte man sagen die jährliche Einsparung von ca. 7300 kg CO₂ bei einem 100 Personen-Lokal ist nicht gerade viel.

Wenn man 3 Mal von Innsbruck über München nach New York und wieder zurück fliegt, hat man auch zirka 7000 kg CO₂ verbraucht. Aber wenn man die CO₂-Einsparung durch Nichtraucherbetrieb der Lüftung dann auf die gesamte Gastronomie (34.000) in Österreich umlegt, schaut die Rechnung wieder anders aus. Da ergeben sich dann ganz schöne CO₂-Mengen.

Interessant wäre mal eine Erhebung wie viele Sitzplätze es in der österreichischen Gastronomie gibt? Dann könnte man die Werte genauer berechnen!

Die derzeitigen Lüftungsanlagen haben den Tabakrauch nicht gefiltert. Es gibt kein Argument, dass, wenn die Raucher vor der Tür stehen, die Umwelt mehr verschmutzt wird.

Weiterer Vorteil für den Wirt:

Bei einer Neuanlage hat der Gastwirt nun geringere (zirka minus 25 %) Anschaffungskosten für die Lüftung bei Nichtraucher-Ausführung. Aufgrund der Umstellung auf Nichtraucherbetrieb kann die gesetzliche Mindest-Luftleistung um 40 % (von 50 auf 30 m³/h/Person) reduziert werden.

Meine Berechnung ist eher auf der vorsichtigen Seite. Die Wärmerückgewinnung bei alten Lüftungsanlagen ist meist schlechter als 50 %, bei vielen Anlagen (speziell bei kleineren Lokalen) gibt es nicht einmal eine Wärmerückgewinnung.

Diese Energieeinsparung und die damit verbundene CO₂-Entlastung sollte, da nicht unerheblich, auch mal erwähnt werden. (Siehe auch Seite 18 „Wirtevertreter empört sich“.)

Hannes Hauser

Luft-, Staub- und Abgastechner

Gleichstellung von Tabakzigaretten und E-Zigaretten

Zur Gleichstellung von Tabakzigaretten und E-Zigaretten/Tabakerhitzer, was Rauchverbote anbelangt: E-Zigaretten sind gleich zu behandeln und unterliegen somit dem gesetzlichen Rauchverbot am Arbeitsplatz (siehe ArbeitnehmerInnen-schutz, § 30) und in allen anderen Bereichen (z. B. Öffentliche Orte, Gas-

tronomie). Österreich macht auch keinen Unterschied, ob es sich um nikotinhaltige oder nicht-nikotinhaltige Liquids handelt.

Immer wieder wird der hinterlistige Versuch unternommen, E-Zigaretten als erlaubtes Rauchmittel darzustellen, obwohl es den normalen Zigaretten gleichgestellt ist. RoRo

Bestimmungen zum Rauchen auf Freiflächen

Freiflächen von schulischen Einrichtungen und Einrichtungen, in denen Kinder beaufsichtigt, aufgenommen oder beherbergt werden, unterliegen dem Rauchverbot.

Künftig sind alle in Gastronomiebetrieben den Gästen zur Verfügung stehenden Bereiche, wie z.B. Gastgärten, Schanigärten, Hof- bzw. Gartenflächen, Terrassen, Pavillons, Parkplätze, Zugänge/Zufahrten und ähnliches gem. § 12 Abs. 1 Z 4 TNRS (Tabak- und Nichtraucherinnen- bzw. Nichtraucherschutzgesetz) wie folgt zu beurteilen:

- Nach oben hin überdeckte Bereiche, die zu mehr als der Hälfte ihrer seitlichen Flächen von Wänden oder wandähnlichen Konstruktionen umschlossen sind, gelten - ungeachtet des für deren Ummantelung verwendeten Materials - als Räume, und ist das Rauchen dort jedenfalls verboten.

- Nach oben hin überdeckte Bereiche, deren seitliche Flächen zur Hälfte oder weniger von Wänden oder wandähnlichen Konstruktionen umschlossen sind, gelten als Freiflächen und es darf geraucht werden.

- Nach oben hin gänzlich offene Bereiche gelten als Freiflächen.

- Nach oben hin überdeckte, zu den Seiten hin gänzlich offene Bereiche gelten als Freiflächen.

- Für Bereiche, die mittels flexibler Vorrichtungen oder Elemente (verschiebbar, einzieh- bzw. ausfahrbar, offen- bzw. entfernbar etc.) überdeckt oder ummantelt werden können, gilt diese Regelung sinngemäß, je nach aktuellem Überdeckungs- bzw. Ummantelungsgrad. (...)

Klargestellt wird, dass das Rauchverbot gem. § 12 Abs. 1 Z 4 TNRS dauerhaft gilt, auch nach der Sperrstunde. Es ist somit zwingend einzuhalten und kann zu keiner Zeit und unter keinen Umständen abgemildert oder gar aufgehoben werden, also auch dann nicht, wenn ein Betrieb geschlossen ist oder darin eine „geschlossene Veranstaltung“ welcher Art auch immer stattfindet etc.

BM für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (gekürzt)

Philip Morris führt die Öffentlichkeit über Nikotin in erhitztem Tabak in die Irre

Von Laura Margottini und Matthew Chapman

Philip Morris International, der weltweit größte multinationale Tabakkonzern, führt die Verbraucher drastisch in die Irre, was den Nikotingehalt seiner erhitzten Iqos-Tabakprodukte angeht, die das Unternehmen als „bessere“ Alternative zu Zigaretten entwickelt hat. In einigen Werbematerialien und gegenüber Mitarbeitern des Präsidiums, die sich als Verbraucher ausgeben, behauptet Philip Morris International (PMI), dass jeder Tabakstick 0,5 mg Nikotin enthält, doch neue Untersuchungen des Präsidiums haben ergeben, dass der tatsächliche Wert mehr als achtmal so hoch ist.

Es gibt derzeit keine internationalen Standards für die Prüfung des Nikotingehalts von erhitzten Tabakprodukten, so dass es eine Grauzone gibt, wie diese Informationen ermittelt und den Verbrauchern präsentiert werden.

Erhitzte Tabakerzeugnisse werden immer beliebter und machen inzwischen mehr als 2,5 % des Umsatzes aller Tabakerzeugnisse in der EU aus. Diese Geräte erhitzen Einwegsticks, ohne sie zu verbrennen, und unterscheiden sich von Vapes oder E-Zigaretten, die normalerweise Nikotin, aber keinen Tabak enthalten. PMI schätzte im vergangenen Jahr, dass sein Sortiment an erhitzten Tabakprodukten etwa 20 Millionen Nutzer hat.

Die Tests des Büros - die von Unisanté, einem Universitätszentrum für Allgemeinmedizin und öffentliche Gesundheit in der Schweiz, durchgeführt und von Force Technology in Dänemark analysiert wurden - zeigen, dass jede Einweg-Tabakstange 4,1 mg Nikotin enthält. Nikotin ist neben Heroin und Kokain eine der am stärksten süchtig machenden Drogen der Welt und macht süchtig nach Tabak, an dem jedes Jahr mehr als 8 Millionen Menschen sterben.

Das ISO-System misst den Nikotingehalt einer Zigarette

Emissionen - also das, was man einatmet - und das ist in der Regel wesentlich niedriger als das gesamte Nikotin, das eine Zigarette enthält.

Doch selbst, wenn sich die Angabe von 0,5 mg auf die Emissionen einer Stange beziehen sollte, ergab der Test des Amtes, dass jede Stange mehr als das Doppelte freisetzt: 1,2 mg. Auf Anfrage der Behörde erklärte PMI, dass es bei seinen eigenen Tests zum „intensiven Rauchen“ auf eine ähnliche Zahl gestoßen sei - wir konnten jedoch keine Beweise dafür finden, dass es diese Zahl jemals in öffentlichen Mitteilungen verwendet hat.

PMI beschuldigte die Behörde, Ni-

Ausnutzung von Grauzonen

Die Prüfung und Quantifizierung des Nikotingehalts eines Produkts ist seit langem ein Schlüsselbereich, in dem die großen Tabakkonzerne versuchen, Regelungslücken zu ihrem Vorteil zu nutzen.

Die von der EU favorisierte und von PMI angewandte ISO-Testmethode wurde von Wissenschaftlern heftig kritisiert, weil sie das tatsächliche Rauchverhalten unterschätzt; Forscher sagen, sie sei „für die Zwecke der Produktregulierung oder der Verbraucherinformation unzureichend“. Der Test des Büros verwendete das Health Canada Intense Regime, eine alternative Testmethode, die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) validiert und empfohlen wurde.

Vor fast zwei Jahrzehnten warnte die WHO, dass die Verwendung der ISO-Methode zur Berechnung eines numerischen Wertes für den Nikotingehalt in Zigaretten irreführend sei. In ihrem Rahmenübereinkommen zur Eindämmung des Tabakgebrauchs heißt es: „Teer-, Nikotin- und andere Rauchemissionswerte, die aus Tests an Rauchmaschinen abgeleitet werden, liefern keine validen Schätzungen der menschlichen Exposition.“

PMI verstößt zwar nicht gegen die Verpackungsvorschriften, wirbt aber weiterhin weltweit für seine Iqos-Produkte mit der irreführenden Angabe von 0,5 mg Nikotin - unter anderem auf der Schweizer Website des Unternehmens und bis vor

kurzem auch auf seiner britischen Website.

Den Standard setzen

Erhitzter Tabak ist ein wachsender Markt, seit die Iqos-Reihe von PMI vor acht Jahren auf den Markt kam. Dennoch hat die Internationale Organisation für Normung noch immer keinen internationalen Standardtest für die Analyse der Chemikalien in erhitzten Tabakprodukten veröffentlicht.



Papieraufkleber (gewachst) A/4, 9 x 10 cm, 0,40 Euro

kotinemissionen und Nikotingehalt zu verwechseln. Es fügte hinzu, dass seine eigenen Tests einen Gesamtnikotingehalt von bis zu 4,6 mg pro Stäbchen ergeben hätten und dass die Stäbchen „als genauso süchtig machend wie Zigaretten angesehen werden“.

Ohne eine klare, allgemeingültige Regelung, welche Zahl zu verwenden und wie sie zu beschreiben ist, werden die Verbraucher weiterhin in die Irre geführt.

Der Ausschuss, der mit der Entwicklung einer Standardmethode für Tabakerzeugnisse beauftragt ist, setzt sich aus Experten, Akademikern und Vertretern der Industrie aus 31 Ländern zusammen. Den Vorsitz führt ein ehemaliger Tabakindustrie-Lobbyist, Wolf-Dieter Heller.

Ein Ausschussmitglied erklärte dem Präsidium, dass die Namen der übrigen Mitglieder geheim gehalten werden, die Mehrheit jedoch aus der Tabakindustrie stammt - „ich kenne sie alle“, sagte es. Das Mitglied erklärte, dass die ISO jedes Jahr ein Treffen in einer anderen Stadt auf der ganzen Welt organisiert. „Die Industrie kann es sich leisten, ihre Vertreter immer zu den Treffen zu schicken, während öffentliche Forschungseinrichtungen dies nicht können.“

Sie fügten hinzu, dass die Arbeitsbelastung sehr hoch sei, da die Ausschussmitglieder für jede Abstimmung viel lesen müssten. Dies sei neben der täglichen akademischen Arbeit nur schwer zu bewältigen, so dass der übermäßig bürokratische Prozess die Tabakindustrie stark begünstige.

Wie suchterzeugend ist erhitzter Tabak?

Da es sich bei erhitztem Tabak um ein relativ neues Produkt handelt, sind seine langfristigen Auswirkungen auf die Gesundheit weitgehend unbekannt. PMI forderte das italienische Gesundheitsministerium auf, seine Studien zu Iqos zu überprüfen, damit das Unternehmen legitimerweise behaupten kann, dass die Produkte weniger schädlich sind als herkömmliche Zigaretten.

Dies war bereits bei der FDA in den USA geschehen, als die Überprüfung ergab, dass der Konsum von Iqos weniger schädliche Chemikalien erzeugt als das Rauchen einer Zigarette. Das Instituto Superiore di Sanità (ISS), das italienische Institut für öffentliche Gesundheit, das die Untersuchung im Auftrag des Gesundheitsministeriums durchgeführt hat, kam jedoch zu dem Schluss, dass 80 Stoffe entweder nur in Iqos-Emissionen oder in wesentlich höheren Konzentrationen als in Zigaretten enthalten sind. Vier dieser Stoffe werden als krebserregend eingestuft, acht weitere können DNA-Schäden verursachen, die zu Krebs oder Missbildungen bei der Geburt führen können.

In dem ISS-Bericht wurde auch hervorgehoben, dass PMI es versäumt hatte, spezifische Studien über den Grad der Abhängigkeit, die Iqos hervorruft, vorzulegen, was nach italienischem Recht für die Vermarktung eines neuen Tabakerzeugnisses erforderlich ist.

Verschiedene Beweise, darunter auch die von PMI selbst durchgeführten Tests, deuten darauf hin, dass Iqos ein ähnliches Suchtpotenzial wie Zigaretten haben könnte. Unsere Ergebnisse haben gezeigt, dass ein Stick zwar weniger Nikotin enthält als eine Zigarette, aber doppelt so viel Nikotin in den Emissionen freisetzt. Die Menge an Nikotin, die eine Person inhaliert, ist weitgehend gleich.

In seiner Erklärung an das Präsidium räumte PMI ein, dass „erwachsene Raucher, die auf Iqos umsteigen, vergleichbare Mengen an Nikotin erhalten wie in Zigaretten“.

Das Zentrum für Raucherentwöhnung am Nationalen Krebsinstitut in Mailand erklärte, dass die hohe Nikotinkonzentration in Iqos darauf schließen lässt, dass das Produkt ein hohes Maß an Abhängigkeit verursachen kann. Roberto Boffi, Leiter des Zentrums, sagte, dass einige seiner Patienten „mit Iqos sogar mehr zu rauchen scheinen als mit herkömmlichen Zigaretten“.

Da sich die Informationen des PMI jedoch als irreführend und widersprüchlich erwiesen haben, werden die Iqos-Nutzer im Unklaren darüber gelassen, wie süchtig die Produkte machen.

„Ich habe mit Iqos angefangen, weil ich dachte, ich würde weniger rauchen und es dann schaffen, ganz mit dem Rauchen aufzuhören“, sagte die Italienerin, die früher Marlboro Reds geraucht hatte, dem Präsidium. „Aber jetzt, mit Iqos, rauche ich mehr.“

(Beitrag stark gekürzt)
thebureauinvestigates.com-Philip Morris misleading the public about nicotine in heated tobacco.pdf



Papieraufkleber A/17b
1 Streifen = 5 Stück
Ø 4 cm, 0,40 Euro

Alle 45 Minuten ...

Alle 45 Minuten „verlangt“ der Körper eines Rauchers nach Nikotin. Jede weitere Minute ohne Nikotin macht den Abhängigen reizbar, gestresst und unpässlich. In nur 60 Minuten inhaliert ein Nichtraucher in geschlossenen Räumen in etwa die Tabakmenge einer ganzen Zigarette, als hätte er diese selber auf Lunge geraucht.

Jedes Jahr versterben weltweit mehr Menschen an den Folgen der Nikotinsucht als an HIV Aids, Mord, Selbstmord, Kokain, Heroin und Alkohol zusammen.

Rauchen ist eine Sucht, die durch Willensstärkung quasi sofort beendet werden kann.

Einen Raucher zum Nichtrauchen zu bringen, ist solange gänzlich unmöglich, als die Erkenntnis über die katastrophalen Folgen des Rauchens fehlt. Die mittlere Erkenntnis, dass Rauchen schädlich sei, genügt jedoch nicht, um vom Rauchen loszukommen. Die mangelnde Erkenntnis ist daher auch bei den Rauchern ein Haupthindernis, mit dem Rauchen erfolgreich Schluss zu machen. Wer glaubt, dass der Wille allein genügt um sich das Rauchen abzugewöhnen, der irrt gewaltig. **Sich das Rauchen abzugewöhnen ist eine Sache der höchsten Erkenntnis.**

Man „will“ nichts, was man nicht zuvor als richtig erkannt hat.

Siehe auch NRZ 3/2021, Seite 39, „Wie ernsthaft wollen Raucher aufhören?“

Lungenkrebs ist nach wie vor „ein Killer“ unter den Krebsarten. Da er lange Zeit keine Symptome verursacht, erfolgt die Diagnose meist erst in einem weit fortgeschrittenen Stadium: Rund die Hälfte aller Lungenkrebspatienten wird erst im letzten Krankheitsstadium diagnostiziert. In über 80 % aller Fälle ist Rauchen die Ursache. Nicht- rauchen ist und bleibt daher die wirksamste Maßnahme im Kampf gegen Lungenkrebs.

Gegen Dummheit ist kein Kraut gewachsen, aber für die Dummheit das Tabakkraut!

Krähen als Straßenreiniger: Die Müllpicker

Im schwedischen Södertälje liegen zu viele Zigarettenstummel auf den Straßen. Um die Mitarbeiter der Müllentsorgung zu entlasten, trainiert der Verhaltensforscher Christian Günther-Hanssen nicht die Einwohner der Stadt, sondern - die Krähen.

Der Prototyp sieht noch ein wenig wild aus, so als habe der Erfinder Daniel Düsentrieb mal schnell Tick, Trick und Track an seinen Materialrestekorb gelassen. Aber das Wichtigste: Er funktioniert. „Die Maschine zum Laufen zu bringen“, sagt Christian Günther-Hanssen, „das war das Härteste.“ Und tatsächlich, in dem Video, das er auf seiner Internetseite zeigt, sieht man eine Krähe herantappeln, im Schnabel einen Zigarettenstummel. Sie wirft ihn in den Schlund des Apparats, hilft noch mal nach - und kaum ist der Stummel verschwunden, öffnet sich eine Klappe, und es rollt die Belohnung heraus: Erdnüsse.

Krähen, die in Parks und auf Straßen Zigarettenstummel auflesen und die Arbeit der Gemeindearbeiter erledigen: Das war die Idee, die dem schwedischen Verhaltensforscher Christian Günther-Hanssen schon im Studium gekommen war, im Psychologiekurs an der Universität Lund, als sie B.F. Skinners Behaviorismus durchnahmen. Zwei Jahre lang hat er an seinem Apparat gebastelt, er sagt, das habe mehr an seinen mangelnden handwerklichen Fähigkeiten gelegen als an den Vögeln: „Die Krähen kapierten ziemlich schnell.“ Jetzt glaubt er sich so weit, dass er damit vor die Welt treten kann. „Wenn das am Ende wirklich praktikabel ist“, sagt Günther-Hanssen, „dann kann das einen Unterschied machen. Wir könnten eine Menge Müll wegschaffen.“

Es gibt andere Projekte in der Welt, wo Vögel dazu gebracht werden, gegen Belohnung Dinge aufzupicken - aber bislang habe noch keiner versucht, sagt der Forscher, die Vögel mit ihrem Kunststück dazu zu bringen, dem Menschen hinterherzuräumen. Vom Prototyp zur Revolution der Stadtreinigung ist es noch ein weiter Weg, ob es je dazu kommt, ist offen. Aber der Anfang ist gemacht - und in der Gemeinde Södertälje sind sie elektrisiert. Die kleine

**Von Kai Strittmatter,
Kopenhagen**

Stadt, eine halbe Autostunde von Stockholm entfernt, plant jetzt ein Pilotprojekt gemeinsam mit Christian Günther-Hanssen. Södertälje hat gerade eine „Science Week“ veranstaltet, dort trat Günther-Hanssen vor die Kamera zum Online-Interview, gemeinsam mit Tomas Thernström, dem Abfallreferenten in Södertälje. „Ich war gleich interessiert“, sagt Thernström. „60 Prozent unseres Mülls draußen auf den Straßen sind Zigarettenstummel. Eine Milliarde von den Dingen landen allein in Schweden jedes Jahr in der Natur. Das ist ein riesiges Problem für uns.“ 20 Millionen Kronen, ungefähr zwei Millionen Euro, gibt Södertälje im Jahr bislang für seine Straßenreinigung aus.

Den Prototyp zu optimieren, war alles andere als einfach für Günther-Hanssen. Mehrfach musste er die Konstruktion ändern, um statt der Krähen keine Möwen und Ratten anzulocken. Im Moment arbeite er mit Nebelkrähen, aber, sagt er, Elstern und Dohlen könnten auch bald Teil des Projekts sein. Der Forscher schätzt, dass das Training der ersten Gruppe Vögel in zwei bis drei Monaten beendet sein könnte. Die Hoffnung ist, dass die Vögel sich den Trick dann voneinander abschauen: „Krähen sind hochintelligent, sie imitieren einander. Wenn man ein paar Dutzend trainiert hat, dann kommen im Idealfall viele andere und machen es ihnen nach.“

**Krähen fressen dann weniger Müll,
dafür gesundes Futter**

Eine der ungeklärten Fragen, die nun untersucht werden, ist die, ob die Vögel bei ihren Reinigungstouren Nikotin aufnehmen. Wenn das nicht der Fall ist, sagt Günther-Hanssen, dann könnte das Projekt den Vögeln sogar gesundheitliche Vorteile bringen: „Sie fressen im Moment so viel Junkfood, das Menschen weggeworfen haben. Wir arbeiten mit Biologen an einem gesunden Futter, das wir in den Maschinen stattdessen ausgeben.“

Das große Interesse an seinem Projekt überrasche ihn nicht, sagt Christian Günther-Hanssen: „Es ist

eine ungewöhnliche Lösung für ein ernstes Problem.“ Die Zeitung Dagens Nyheter fragte Södertäljes Abfallreferenten Tomas Thernström, warum er nicht einfach mehr Mülleimer und Aschenbecher aufstelle in der Stadt. Das hätten sie längst getan, sagt der. „Aber ein Viertel der Menschen lassen ihren Müll einfach fallen.“ Es sei schon auch ein wenig beängstigend, sagt Thernström: „Wir können offenbar eher den Krähen beibringen, Zigarettenstummel aufzuheben, als den Menschen, sie nicht mehr wegzuerwerfen.“

SZ Süddeutsche Zeitung, 9.2.2022

Es ist leichter, Krähen dazu zu bringen, Kippen einzusammeln, als Menschen, diese nicht in die Umwelt wegzuerwerfen.

Tomas Thernström

**Neue Tabakprodukte sind nicht die Lösung!
Das Übel ist die
Tabakindustrie selbst!**

Die Tabakindustrie stellt Produkte her, die bei dauerhaftem Gebrauch die Hälfte ihrer Konsumenten vorzeitig zu Tode bringt! Grund genug, alles daranzusetzen, die Tabakindustrie an der Vermarktung ihrer Produkte so weit wie möglich zu hindern. Erprobte Instrumente dafür gibt es genug: umfassende Verbote von Werbung und Sponsoring, hohe Tabaksteuern, Einschränkung und Lizenzierung der Verkaufsstellen, Abschaffung von Zigarettenautomaten, einheitliches Design von Zigarettenpackungen (plain packaging) oder Verbot von Aromastoffen in Rauchprodukten. Die Tabakindustrie will uns glauben machen, dass sie mit ihren alternativen Produkten die Lösung für die Tabakmisere ist. Das trifft nicht zu! Sie ist unverändert das Übel!

*Prof. Dr. med. Friedrich Wiebel
Ärztlicher Arbeitskreis Rauchen und
Gesundheit e.V. (60-2022)*

E-Zigaretten zementieren die Sucht

Kommentar von Prof. Dr. med. Wolfram Windisch, stellvertretender Präsident Deutsche Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin

Die Entwöhnung von der Tabakzigarette fällt vielen Rauchenden schwer. E-Zigaretten will die überwiegende Mehrheit der Fachwelt als Mittel zum Rauchstopp dennoch nicht empfehlen. Doch die wenigen Befürwortenden scheinen ungleich lauter und präsenter zu sein.

Klar ist: E-Zigaretten sind Konsumprodukte und keine medizinischen Erzeugnisse für eine Therapie zur Rauchentwöhnung. Wissenschaftler weltweit bestätigen, dass mit dem Dampf der E-Zigarette gesundheitsschädliche – insbesondere entzündungsfördernde und kanzerogene – Substrate inhaliert werden, was zu Nikotinabhängigkeit und Atemwegserkrankungen führt. Was bisher fehlt, sind Langzeituntersuchungen, um weitere Gesundheitsschäden abzuschätzen, für die es aber zunehmende Hinweise aus wissenschaftlichen Untersuchungen gibt. Genau diese Lücke nutzen einzelne Befürworter von E-Zigaretten zu Marketingzwecken aus. Die Öffentlichkeit sollte nicht den Parolen folgen, die einfache Lösungen mit neuen Nikotinprodukten versprechen, deren Gesundheitsschäden heruntergespielt werden und die eine Nikotinabhängigkeit zementieren. Vielmehr muss die in Deutschland unterentwickelte Tabakentwöhnung auf der Basis gesicherter wissenschaftlicher Erkenntnisse gefördert und finanziert werden.

Mehr als 50 medizinische Fachgesellschaften, Universitäten und weitere Institutionen haben mit der S3-Leitlinie „Rauchen und Tabakabhängigkeit“ längst ein Instrumentarium gut untersuchter und wirksamer Ausstiegshilfen ohne Fortsetzung der Nikotinabhängigkeit und somit auch ohne E-Zigaretten empfohlen. Ein Rauchstopp mithilfe von E-Zigaretten bedeutet letztlich eine fortgesetzte Nikotinabhängigkeit. Die meisten „Umsteiger“ konsumieren parallel weiter Tabak. „Dual use“ ist aber nicht weniger schädlich als Tabakrauchen allein. Und schließlich besteht beim Konsum von E-Zigaretten eine erhebliche Rückfallgefahr zum Tabakrau-

chen.

Der große Lobbyeinsatz für die E-Zigarette kann nur monetäre Ziele haben – mit der Absicht, die eine Sucht (Tabakzigaretten) gegen die andere (E-Zigarette) auszutauschen. Mediziner haben schon lange verstanden, dass sie nicht mit der Tabakindustrie zusammenarbeiten dürfen. Dies muss nun auch für die immer stärker auftretenden Hersteller und Vertreiber von E-Zigaretten gelten. Die Lobbyisten der größten Unternehmen beider Branchen versuchen, Politik, Wissenschaft, Ärzteschaft und auch Medien zu beeinflussen. So stellt sich beispielsweise das Lobbyportal *eGarage* als unabhängige Informationsplattform dar, bietet aber mit Publikationen und Veranstaltungen ausschließlich Befürwortern der E-Zigarette eine Plattform. Unverständlichlicherweise ist dort auch die Deutsche Gesellschaft für Gefäßchirurgie und Gefäßmedizin und das Bundesinstitut für Risikobewertung mit Beiträgen vertreten. Ein weiteres Beispiel: Die von Philip Morris seit 2018 mit jährlich 80 Millionen US-Dollar finanzierte Stiftung „Foundation for a Smoke-Free World“ fördert eine Vielzahl wissenschaftlicher Studien und Publikationen. Allerdings berichten Publikationen mit entsprechendem Interessenskonflikt viel häufiger, dass E-Zigaretten weniger schädlich seien als Publikationen ohne Interessenskonflikt.

Das wichtigste Marketinginstrument der Befürworter von E-Zigaretten: der unterstellte therapeutische Nutzen, beworben als „Harm Reduction“. Doch dieser nicht belegten Schadensbegrenzung tritt die World Health Organisation entschieden entgegen. Auch 15 deutsche medizinische Organisationen, darunter die Fachgesellschaften für Innere Medizin, Pneumologie und Beatmungsmedizin, Kardiologie, Angiologie und Hämatologie/onkologie haben sich in einem Positionspapier kürzlich klar gegen die E-Zigarette als Therapeutikum ausgesprochen. Die aktualisierte S3-Leitlinie „Rauchen und Tabakabhängigkeit“ sowie die Versorgungsleitlinie chronisch-obstruktive

Lungenerkrankung empfehlen die E-Zigarette ebenfalls nicht zur Tabakentwöhnung. Entsprechend positionieren sich fast alle anderen Länder und fast alle medizinischen Fachverbände weltweit klar gegen die E-Zigarette.

Eine klare Schadensbeurteilung im Vergleich zur Tabakzigarette ist beim derzeitigen Wissenstand noch nicht möglich – insbesondere wegen der fehlenden Langzeituntersuchungen. Allein aus der Dosis eines Toxins kann nicht sicher deren Schadensausmaß abgeleitet werden. Insbesondere nicht für kanzerogene Stoffe ohne definierten unteren Schwellenwert. Auch bliebe zu fragen, mit wie viel Prozent Schädlichkeit die E-Zigarette als Therapeutikum denn akzeptabel wäre. Fakt ist auch: E-Zigaretten als Konsumprodukte sind nach aktueller Datenlage bei der Tabakentwöhnung weniger wirksam als eine Nikotinersatztherapie. Der erfolgreiche Rauchstopp gelingt am sichersten durch die evidenzbasierte Tabakentwöhnung.

Deutsches Ärzteblatt, 18.11.2022

Welche Gesundheitsrisiken hat die E-Zigarette?

Das in den meisten E-Zigaretten enthaltene Nikotin hat eine starke Suchtwirkung. Jugendliche und adolleszente Nutzer von E-Zigaretten haben ein erhöhtes Risiko zur Abhängigkeit und zum Tabakkonsum. Das Aerosol von E-Zigaretten hat entzündungsfördernde, gefäßschädigende und krebsfördernde Eigenschaften. Schadstoffkonzentrationen für eine Reihe von Substanzen im Aerosol von E-Zigaretten sind niedriger, einige aber höher als im Tabakrauch. Ob und wie stark dies mit einem geringeren Gesundheitsrisiko einhergeht, ist unbekannt. Experimentelle und epidemiologische Untersuchungen deuten auf ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen und obstruktive Lungenerkrankungen hin.



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10

Rauchverbot im Freien!

1 - 4 Rauchen in der Umgebung von Kindern, Müttern und Schwangeren sollte absolut tabu sein.

Spätestens dann, wenn der Tabakrauch nicht nach oben steigt, sondern mit der Luft zu den daneben Sitzenden strömt, wird er zur Gesundheitsgefahr.

5 Treffen im Park. Raucher hindern andere frei zu atmen. Dabei liegt die Lösung auf der Hand: zum Rauchen für ein paar Minuten ein paar Meter weit weg zu gehen, und zwar auf die windabgewandte Seite!

6 Rauchen in Parks und auf Bänken muss verboten werden.

7 + 8 Rauchen auf Spielplätzen ist verantwortungslos und rücksichtslos. Daher bundesweites Rauchverbot!

9 + 10 Tabakqualm und E-Zigaretten-Dampf bei Bus- und Straßenbahnhaltestellen stört viele, daher muss es generell verboten werden.

Raucher haben überall dort nicht zu rauchen, wo sich auch Nichtraucher befinden.

Fotos: Nichtraucher-Initiative Deutschland e.V. (NID)

Rauchsituation in Österreich

Rauchen ist der wichtigste und größte vermeidbare Risikofaktor für Krankheit und vorzeitige Sterblichkeit. Rauchen verkürzt außerdem die Lebenserwartung um etwa ein Jahrzehnt. Das Todesrisiko ist bei Rauchern etwa dreimal höher als im Vergleich zu Nichtrauchern.

Zu den größten Problemen im Zusammenhang mit dem Rauchen sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebserkrankungen und Atemwegserkrankungen, die bei Frauen 10 Jahre später auftreten als bei Männern.

Zwischen 2000 und 2013 hat sich das Gesamtsterblichkeitsrisiko von Frauen, die rauchen, fast verdreifacht, parallel zum Anstieg bei Männern. In den meisten Ländern ist die Prävalenz des Rauchens bei Männern immer noch höher, außer in Schweden und Island.

In vielen Ländern sind die Raucherquoten seit dem Jahr 2000 zurückgegangen, im Durchschnitt um etwa 25 %, wobei der Rückgang in den nordeuropäischen Ländern am deutlichsten ausfiel. Die Analyse von Daten aus 181 Ländern ergab einen durchschnittlichen Rückgang der Raucherprävalenz zwischen 1980 und 2012 von 41,2 % bis 31,1 % bei Männern und 10,6 % bis 6,2 % bei Frau-

en. Nur wenige Länder, darunter Österreich, haben ihre Raucherprävalenz erhöht, und die österreichischen Frauen hatten die dritthöchste absolute Prävalenz unter den untersuchten Ländern. Die Autoren fordern, dass in allen Ländern verstärkte Anstrengungen und Maßnahmen zur Eindämmung des Tabakkonsums erforderlich sind, insbesondere in Ländern mit einer hohen Raucherprävalenz.

Werbeverbote, Beschränkungen in öffentlichen Räumen und Restaurants, Sensibilisierungskampagnen und höhere Steuern sind allesamt Maßnahmen zur Bekämpfung des Tabakkonsums, die darauf abzielen, den Anstieg rauchbedingter Krankheiten zu bekämpfen. Gelingt das nicht, kann dies auf fehlende Maßnahmen in einem oder mehreren dieser Bereiche zurückgeführt werden. Leider gehört Österreich zu den Ländern mit unzureichenden Maßnahmen zur Regulierung des Rauchens. Seit 2007 hat Österreich auf der Tabakkontrollskala der Vereinigung der Europäischen Krebsligen durchgehend die niedrigste Punktzahl erreicht und erfüllt seine rechtlichen Verpflichtungen aus dem WHO-Rahmenübereinkommen nicht, das

2005 ratifiziert wurde. Am schlechtesten schnitt Österreich beim Schutz vor Passivrauchen ab. (Anm.d.Red.: Mit dem absoluten Rauchverbot in der Gastronomie ab 1.11.2019 hat sich Österreich vom letzten Platz (36) auf Platz 20 vorgearbeitet. Mittlerweile sind wir wieder auf Platz 26 zurückgefallen. Österreich hat die Schlusslaternen an Deutschland abgegeben. Die Schweiz erreicht 41, Deutschland nur 40 von 100 möglichen Punkten bei der Tabakkontrolle. Zum Vergleich: Sieger Großbritannien schafft 80 von 100 Punkten!)

Die Verkaufsdaten deuten auf eine Angleichung der Verkaufsgewohnheiten von Männern und Frauen hin. Der in unserer Analyse erfasste Frauenanteil entspricht einem der höchsten Werte weltweit, wobei nur in Griechenland und Bulgarien eine höhere Prävalenz des Rauchens diskutiert wird. (*Studie stark gekürzt*)

Thomas Ernst Dörner, Helmut Brath, Alexandra Kautzky-Willer

Von allen Rechten, die den Menschen am Herzen liegen und völkerrechtlich verankert sind, ist keines grundlegender als das Recht auf Gesundheit.

Aus umweltpolitischer Sicht stellen E-Zigaretten ein großes Problem dar. Der Grund ist, dass sich weder Batterie noch Flüssigkeit austauschen lassen. Damit ist die Lebensdauer stark begrenzt. Die Einweg-E-Zigaretten sind unter Ressourcenschutzaspekten sehr kritisch zu sehen.

Tabakindustrie ist Teil des Problems

Die Tabakindustrie ist nach wie vor Teil des Problems und nicht Teil der Lösung, um eine gesündere Welt zu schaffen. Sie ist der Überträger von Tod und Krankheit durch Tabak. Eine Industrie, die es ernst meint mit der Rettung von Leben, würde einfach die Produktion einstellen oder zumindest die Vermarktung und Werbung für Kinder einstellen. Sie würde auch aufhören, gegen alle wirksamen Maßnahmen zur Eindämmung des Tabakkonsums zu kämpfen.

Niederlande: E-Zigaretten bald nur noch mit Tabakgeschmack

Den Haag - Spätestens ab Oktober 2023 dürfen E-Zigaretten in den Niederlanden nicht mehr nach Banane, Erdbeere oder ähnliches schmecken – nur noch Tabakgeschmack soll erlaubt sein. Das geht aus einer Anordnung des Gesundheitsministeriums in Den Haag hervor, die jetzt im staatlichen Bekanntmachungsblatt veröffentlicht wurde. Die Verfügung bezieht sich auf alle Arten von E-Zigaretten sowie auf alle dafür geeigneten Nachfüllpackungen, wie der Sender NOS am Donnerstag berichtete. Mit dem Verbot solle verhindert werden, dass Kinder und Jugendliche durch Aromen zum E-Zigaretten-Konsum verleitet werden.

Vom 1. Januar 2023 an dürfen Geschäfte noch neun Monate lang E-Zigaretten mit anderen als Tabak-Aromen verkaufen; ab 1. Juli dürfen sie nicht mehr produziert

werden.

Zudem dürfen laut NOS künftig Abbildungen auf den Verpackungen nicht mehr auf etwas anderes als Tabak hindeuten; auch Bezeichnungen wie „Bad Boy Fuel“ (auf Deutsch so viel wie: Treibstoff für harte Jungs) oder „Chilling“ (Entspannend), die den Tabakgehalt verschleiern, seien ab Oktober nicht mehr gestattet.

Ähnliche Überlegungen zur Regulierung von E-Zigaretten gibt es auch in anderen EU-Ländern.

Eine im Auftrag der EU-Kommission erstellte Studie war 2021 zu dem Schluss gekommen, dass insbesondere süße Aromen Kinder und Jugendliche zum Rauchen von E-Zigaretten animieren könnten, weil sie „irrtümlicherweise für weniger schädlich gehalten werden“.

(boot/dpa) 1.12.2022

Warum Tabak radioaktiv ist

(NRZ 2/2011) Raucher inhalieren Radioaktivität. Auch Nichtraucher sind der aggressiven Polonium-Strahlung ausgesetzt. Von Polonium 210 geht für Raucher und Passivraucher eine hohe und reale radioaktive Gefahr aus. Wer aber aufhört mit Rauchen, profitiert von der kurzen Halbwertszeit der radioaktiven Substanz.

Polonium 210 ist ein strahlender Killer. Es gehört zu den stärksten Quellen von gefährlicher Alphastrahlung. Das seltene, hochradioaktive Metall, mit dem der Ex-KGB-Agent und Putin-Kritiker Alexander Litwinenko 2006 ermordet wurde, strahlt derart stark, dass es im Dunkeln hellblau leuchtet. Polonium kann man in die Hand nehmen, die tödlichen Strahlen dringen nicht durch die Haut. Zu schweren Organschäden kommt es erst, wenn man es schluckt – oder inhaliert.

Ausgerechnet die Tabakpflanze pflegt nun eine besondere Beziehung zu Polonium: Sie verleiht sich das Gift über die Luft und den Phosphatdünger im Boden ein. Dadurch entstehen beim Inhalieren des Tabakqualms Strahlenbelastungen wie beim Röntgen: Ein starker Raucher mit 20 bis 40 Zigaretten am Tag verabreicht seinen Bronchien pro Jahr die gleiche Strahlendosis, als wenn er sich 250 Mal seine Lungen röntgen lassen würde, so Professor Matthias Risch, Umweltwissenschaftler an der Fachhochschule Augsburg.

Die Tabakpflanze besitzt Blattohaare mit einer Struktur, die radioaktive Isotope besonders gut aus der Luft herausfiltert. Deshalb gelangt viel mehr Polonium in die Tabakpflanze als in jede andere Kultur-

pflanze. Auch Passivraucher sind gefährdet: Beim Abrauchen von Zigaretten haben britische Forscher gemessen, dass etwa 10 Prozent des Poloniums in den inhalierten Hauptstromrauch gehen, 30 Prozent in den Nebenstromrauch (also den Qualm, den die Zigarette zwischen den Lungenzügen verströmt und dadurch auch an anwesende Nichtraucher abgibt), 40 Prozent bleiben im Stummel, 20 Prozent in der Asche und praktisch nichts im Filter. Raucher saugen die Radioaktivität aus der Zigarette direkt in ihre Lungen.

„Raucher strahlen buchstäblich von innen“, so Dr. Martina Pötschke-Langer, Leiterin der Krebsprävention im Deutschen Krebsforschungszentrum in Heidelberg. Denn die radioaktiven Teilchen setzen sich im Lungengewebe und in der Schleimhaut der Bronchien fest.

Es gibt Methoden, um die Polonium-Gefahr zu entschärfen, wie etwa Tabakwaschungen nach der Ernte, Änderungen am Dünger oder gentechnisch veränderte Tabakpflanzen, die weniger Polonium über die Wurzeln und Blätter aufnehmen. Bislang jedoch – so zitiert Welt-Online eine kritische Studie im „American Journal of Public Health“ – haben die großen Tabakfirmen diese Maßnahmen aus verschiedenen Gründen fallen gelassen. Ein verschärftes Gesetz jedoch, das 2009 in den USA in Kraft getreten ist, befugt die Gesundheitsbehörde (FDA) künftig Standards für die chemische Zusammensetzung von Zigaretten zu bestimmen. Experten hoffen, dass die Behörde zumindest einige der etwa 90 krebserregenden Stoffe im Tabak verbietet. Man kann davon ausgehen, dass Polonium 210

ganz oben auf der Liste der Behörde steht, berichtet Welt-Online weiter.

Im Zigarettenrauch sind krebserregende Stoffe. Die wichtigsten sind Teer und Nikotin, Arsen, Benzindämpfe, Nitrosamine und ein Hexengetränk aus polyzyklischen aromatischen Kohlenwasserstoffen, Aldehyden, Phenol. Ob nun Teer oder Radioaktivität den Prozess der Krebsentstehung stärker beeinflussen, wird kontrovers diskutiert. Wissenschaftler sind überzeugt, dass die Strahlendosis von 80 rem, die ein durchschnittlicher Raucher in zehn Jahren aufnimmt, zum Wuchern von bösartigen Tumoren führen kann. Die gute Nachricht für alle, die mit dem Rauchen aufhören wollen, ist die rasche biologische Halbwertszeit von Polonium 210: Schon nach rund 50 Tagen wird die radioaktive Substanz teilweise aus dem Gewebe ausgeschieden und ist dann nicht mehr wirksam.

Peter Tungel

Neue Westfälische, 13.4.2011

Info

„Naturbelassener Tabak“ ist kein Qualitätskriterium in puncto Radioaktivität: „Polonium 210 hat nichts mit Zusatzstoffen zu tun“, so Dr. Martina Pötschke-Langer vom Deutschen Krebsforschungszentrum, „sondern ist ein Alphastrahler, der aus der Luft und vor allem aus dem Boden von der Tabakpflanze aufgenommen wird. Phosphatdüngemittel erhöhen die Aufnahme des Poloniums 210 in die Tabakpflanze deutlich.“ Beim Inhalieren des Tabakqualms entstehen Strahlenbelastungen wie beim Röntgen.

Die radioaktiven Substanzen in Tabakblättern wurden bereits 1965 nachgewiesen. Polonium 210 gelangt sowohl über Phosphatdünger als auch über die Luft in die Pflanzen. Etwa 25 Jahre später entdeckten finnische Forscher dann auch Plutonium im Tabak. Jetzt haben griechische Wissenschaftler um Constantin Papastefanou von der Aristoteles Universität in Thessaloniki festgestellt, dass Zigaretten tabak sogar stärker radioaktiv belastet ist als Pflanzenblätter, die in der Umgebung des verstrahlten Kernkraftwerkgebietes in Tschernobyl wachsen. Insgesamt sei die natürliche, radioaktive Belastung von Tabak mit Polonium und Radium bis zu tausend Mal höher als jene durch Caesium-137 in Pflanzen rund um Tschernobyl, berichtet das Wissenschaftsmagazin *New Scientist*. Zwar mache die Radioaktivitätsmenge infolge von Tabakgenuss nur etwa zehn Prozent der Strahlung aus, der ein Mensch aus natürlichen Quellen ausgesetzt ist. Dennoch seien die Auswirkungen keinesfalls zu unterschätzen. So seien viele Wissenschaftler davon überzeugt, dass bereits eine Strahlendosis von 80 Millirem, die ein durchschnittlicher Raucher in zehn Jahren aufnimmt, zum Wuchern von bösartigen Tumoren führen kann. Einige gehen sogar davon aus, dass so mancher Krebstod bei Rauchern durch eben diese Radioaktivität hervorgerufen sein könnte – und nicht allein durch Nikotin und Teer. *(Beitrag gekürzt)*

Radiation Protection Dosimetry (2007), Band 123, Seite 68

Machtlos sein bedeutet, keinen Einfluss zu haben, ausgeliefert zu sein. Dieser Zustand befördert Angst oder Wut. Die emotionale Spannung drängt nach innen oder nach außen. Gegenüber vielen Gegebenheiten sind wir tatsächlich machtlos. Wir suchen nach Handlungen, die uns aus dem Spannungsfeld heraushelfen.

„Rauch doch erst mal eine!“ heißt für viele der innere Befehl, um der quälenden Machtlosigkeit eine befreiende Tat entgegenzusetzen. Das wäre besser als wutschäumend aufzubrausen, findet mancher Raucher. Findet er wirklich keine andere Lösung, der arme Schmaucher? Vielleicht sind wir doch nicht so machtlos, wie wir denken.

Wir sollten lernen, mit unserem Verdruss konstruktiv umzugehen. „Wissen ist Macht!“ heißt eine alte Devise. Wer viel weiß, der findet in vielen Fällen einen Ausweg. Vor allem im persönlichen Umfeld. Doch im gesellschaftlichen Rahmen setzt sich immer stärker das Prinzip durch: „Geld bestimmt die Welt!“. Reichtum schafft Macht, der die meisten unter uns hoffnungslos ausgeliefert sind. Wohin nun mit dem Frust?

Der allgemeine Frust verändert die allgemeinen Umgangsformen. Wir erleben es allerorten: Missgunst, Hass und Hetze greifen um sich. Viele schrecken auch vor Gewalt nicht zurück. Das „Geht doch bitte friedlich miteinander um!“ aus Politikermund zieht nicht mehr, denn auch das Verhalten der Reichen und Mächtigen ist durchaus nicht friedlich, wenn es um ihre Profite geht. Auch sie schrecken vor gewaltsamen Auseinandersetzungen nicht zurück.

Nun besinnt sich die Politik auf ein Mittel zur Besänftigung aller Aufgebrachten: „Warum gleich in die Luft gehen? - Greife lieber zur Zigarette!“. Ein alter Slogan, der vielleicht auch heute noch wirkt. Wie wäre es sonst zu erklären, warum sich die Politik in unserer marktkonformen Demokratie so beharrlich um den Fortbestand des Tabakdrogengebrauchs bemüht? Die Tabakdrogenindustrie geht in ihrer Marketingstrategie noch einen Schritt weiter: „Du bist nicht machtlos - Du entscheidest!“ Selbstbestimmung und Rauchen sollen im Hinterkopf zu einer Einheit verschmelzen.

Der Heranwachsende lehnt sich

Machtlos

Von Dr. Wolfgang Schwarz

gegen seine Eltern auf und greift zur Zigarette. Junge Erwachsene streben auf der Karriereleiter nach immer mehr Selbstbestimmung und rauchen. Jung gegen alt, Gewinner gegen Verlierer, Raucher gegen Nichtraucher. So bilden sich Fronten, um sich gegeneinander aufzureiben. Die Kampfhähne vergessen dabei, Front zu machen gegen das, was unsere Gesellschaft auseinandertreibt: Arm gegen reich, machtlos gegen mächtig. Und dieses Vergessen ist gewollt. Die Tabakdroge ist dabei Opium für das Volk.

Einst brüstete sich ein bekannter deutscher Politiker damit, den besten Niedriglohnsektor in Europa geschaffen zu haben. Nunmehr wird offiziell festgestellt: Deutschland steht beim Kampf gegen den Tabakkonsum auf dem letzten Platz in Europa. Besteht zwischen beiden Fakten ein Zusammenhang oder ist das Zufall? Wem nutzt das, lautet hier die Frage. Und die lässt sich ganz einfach beantworten. Profiteur ist in beiden Fällen die Wirtschaft. In einer marktkonformen Demokratie gewinnen wirtschaftliche Interessen gegen die Interessen der Allgemeinheit.

Die Gewinne der Tabakdrogenindustrie sind enorm. Unter allen Industriezweigen gehört sie zu den größten Profiteuren. Über die um ein Vielfaches höheren Folgekosten muss sie sich keine Sorgen machen. Die zahlt die Allgemeinheit. Das ist also marktkonform. Den Reichen wird's gegeben, den Armen genommen. Die Raucher helfen bei diesem üblen Spiel kräftig mit. Und sie fühlen sich dabei auch noch als Gewinner. Und sie checken es nicht: Höhere Kassenbeiträge bei verminderten Fürsorgeleistungen haben sie mit verursacht.

Doch woher sollen sie es wissen? Ihnen wird nur die halbe Wahrheit vermittelt: „Mit der Tabaksteuer unterstützt ihr den Staat, ihr Wohltäter!“ Die enormen Folgekosten des Rauchens belasten euch ein zweites Mal. Aber das erzählen wir euch nicht. Auf das, was wir bei euch abkassieren, habt ihr eh' keinen Einfluss! Als Teil der Allgemeinheit seid ihr sowie-

so machtlos!

Gegen ihr Schicksal, arm zu sein, sind sehr viele tatsächlich machtlos. In den unteren Schichten der Bevölkerung gibt es mehr Raucher als unter Wohlständlern. Beschäftigte in der medizinischen und sozialen Betreuung sind machtlos gegen die katastrophalen Zustände im Pflegebereich. Auch unter ihnen gibt es mehr Raucher als in vielen anderen Berufen. Sich nicht wehren zu können ist eine wichtige Ursache des Rauchens. Das beginnt bei den Heranwachsenden, die sich von ihren Eltern bevormundet fühlen.

Den Herrschenden ist es nur recht, wenn die Zigarette dabei hilft, von Misslichkeiten abzulenken. Die Tabakdrogen sind ihnen genauso wichtig und unentbehrlich wie etwa der Fußball, der Unzufriedenheit mit den Lebensumständen kanalisieren und eingrenzen kann. Brot und Spiele waren schon immer gut, um das Volk bei Laune zu halten. So lassen sich gravierende zentrale Probleme unter den Teppich kehren. Die fatalen Risiken für Raucher und deren Angehörige werden klein geredet oder verschwiegen.

Nun aber kommt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und fordert mehr Engagement von Deutschland im Kampf gegen den Tabakkonsum. In ihrem Welt-Tabak-Bericht von 2020 schreibt sie: „Tabak entwickelt sich zu einer der größten Gesundheitskatastrophen der Menschheitsgeschichte. Wir müssen jetzt handeln, um die weltweite Tabak-Epidemie einzudämmen und Millionen Leben zu retten.“ Alle sechs Sekunden stirbt auf der Welt ein Mensch an den Folgen des Tabakkonsums, so die WHO. Und weiter: „Die Tabak-Epidemie hat gerade erst begonnen.“

Das ist so eindringlich wie der Appell zur Rettung des Weltklimas. Handeln wir also jetzt und sofort!

„Die Botschaft 'Rauchen ist Erwachsenenensache' ist vermutlich die effektivste Strategie, um Kinder zu bewegen, mit dem Rauchen anzufangen, und es ist wahrscheinlich auch kein Zufall, dass Tabakfirmen solche Aussagen billigen.“ (1999)

Pan American Health Organization

Leserbriefe

Wenig Aktionismus

Keiner kann mehr ernsthaft bestreiten, dass das Rauchen und Passivrauchen für unzählige Krankheiten und den frühzeitigen Tod vieler Menschen verantwortlich sind. Ständig mahnen Mediziner, Krankenkassen und einzelne Medien, aber die Politik hinkt in diesen Fragen ihrer Verantwortung weit hinterher. Die Tabaklobby macht Druck, zusätzlich sorgen hohe Steuereinnahmen für wenig Aktionismus seitens des Gesetzgebers. Und: es sterben jedes Jahr weit mehr Menschen durch die Folgen des Rauchens und Passivrauchens, als durch Corona. Wohl gemerkt jedes Jahr! Warum sollen/müssen Nichtraucher bei gesellschaftlichen Ereignissen bzw. Veranstaltungen die Gesundheitsgefährdung durch Passivrauch ertragen? Die eingeforderte Toleranz seitens vieler Raucher ist Nonsense, denn oft ist die jeweilige Situation für die Betroffenen nicht nur eine Gesundheitsgefährdung und unerträglich, sondern hier werden Freiheitsrechte von gesundheitsbewussten Bürgern eingeschränkt, denn die eigene Freiheit endet dort, wo die der anderen beginnt.

Rüdiger Münch

Wirtevertreter empört sich

Am 24.9.2022 erschien in der Tiroler Tageszeitung mein Leserbrief „**Rauchverbot, wenn Kinder im Hause sind**“ (siehe auch NRZ 4/2022, Seite 24) und am 25.9.2022 „**Nichtraucher-Papst in Nöten**“ aufgrund unserer finanziellen Situation. Diese Veröffentlichungen habe ich am 26.9.2022 per Mail auch allen Politikern zur Kenntnis gebracht.

Abg.z.NR Franz Hörl schreibt:

„Sehr geehrter Herr Rockenbauer! Mich als Wirt und auch Wirtevertreter um Spenden zu fragen geht doch ein wenig zu weit, glauben Sie nicht?“

Hier meine Antwort:

„Sehr geehrter Herr Hörl!

Sie sind der einzige Abgeordnete, der fallweise auf meine Rundbriefe

reagiert, leider immer in negativer Weise. Im ersten Anhang ging es um ein Rauchverbot in Wohnungen, wenn Kinder anwesend sind. Sie müssen meinem Anliegen wohl zustimmen und sollten sich dafür einsetzen, dass es für Kinder bessere Schutzgesetze vor dem Passivrauch gibt, auch in elterlichen Wohnungen.

Der zweite Anhang zeigt auf, dass die Landesregierung eine verdienstvolle Einrichtung wie die Schutzgemeinschaft für Nichtraucher zu wenig unterstützt. Sie wurden ja nicht persönlich aufgefordert zu spenden, sollten sich aber einer Spende nicht verschließen. Schließlich haben wir mit dazu beigetragen, dass es zu einem absoluten Rauchverbot in der Gastronomie gekommen ist. Damit sind schlagartig alle Wettbewerbsnachteile vieler Wirte weggefallen. Und wie sich zeigt, sind alle Wirte im Nachhinein sehr froh über diese Regelung.“

Robert Rockenbauer

Anmerkung: Wie Herr Hauser auf Seite 9 schreibt, ersparen sich Wirte durch das Rauchverbot sehr viel Energiekosten, die jetzt in der Energiekrise von höchster Bedeutung sind. Wirte sollten uns also doppelt dankbar sein. Spenden von Wirten würden uns daher besonders freuen.

Rauchen vor Eingängen und Haltestellen

Heute Vormittag beim Eingang vom EKZ West: ganz junges hochschwangeres Mädchen - rauchend, Freund steht dabei, ebenfalls rauchend. Armes kleines Wesen, das in so ein primitives und rücksichtsloses Umfeld hinein geboren wird! Und wenn dann alle Stricke reißen, muss immer der Steuerzahler herhalten!

Dr. Ulli Lob

Dass im Umkreis einer Haltestelle überhaupt geraucht werden darf, ist eine Frechheit. Vor Schulen und bei Haltestellen wird das Rauchen von Kindern in jedem Alter schön langsam zur Gewohnheit. Da sieht man doch deutlich, dass die Politik beim Thema Rauchen und Zigarettenverkauf versagt und das gründlich.

Ilse Mayer

Wer hat das Recht zu töten?

Ein klarer Verstand begreift überhaupt nicht, wie jemand damit einverstanden sein kann, dass Raucher weiterhin in vielen Bereichen ungehindert und nach Lust und Laune, Mitmenschen krank machen und töten dürfen, ohne dafür zur Rechenschaft gezogen zu werden!

Wer hat das Recht, über das Wohl und das Leben von Menschen einschließlich von Kindern zu bestimmen? Jährlich werden weltweit 1,2 Millionen Nichtraucher, darunter sogar 300.000 Kinder vorsätzlich durch Tabakrauch getötet, ohne dass diese eine Möglichkeit haben, sich zu wehren! Wir sind, gelinde gesagt, ein Unrechtsstaat!

Richard Hagenauer

Gesündere Alternative?

Nikotin ist, wie Herr Prof. Kotz darlegt, „einer der suchstärksten Stoffe überhaupt“ - betrifft die Gesundheit eines Menschen in ihren körperlichen, geistig-seelischen und sozialen Dimensionen und somit ist Nikotin als eindeutig gesundheitsgefährdend zu betrachten.

Große transnationale Tabakkonzerne wie Marlboro und BAT propagieren scheinheilig eine „rauchfreie Zukunft“ und stellen sich als zukünftiger Teil der „Life-Sciences-Industrie“ dar. Sie werben intensiv für ihre vielfältigen E-Zigaretten-Produkte und Tabakerhitzer, um sich damit als „gesündere Alternative zum Rauchen“ zu präsentieren (Anm.d.Red.: E-Zigaretten eignen sich nicht zur Raucherentwöhnung. Sie sind nach neuesten Erkenntnissen auch nicht weniger schädlich. Das ist eine große Irreführung der Tabaklobby.) Gleichzeitig bauen sie aggressiv ihre Märkte für Tabakzigaretten in Afrika, Asien und Südamerika aus, wobei das Marketing gezielt auf Frauen und junge Menschen ausgerichtet ist, u.a. in Sozialen Medien und durch Sponsoring von Sportveranstaltungen und Bildungseinrichtungen. In afrikanischen, asiatischen und südamerikanischen Ländern, in denen überwiegend Tabakkontrollgesetze fehlen, steigt die Zahl von schwerwiegenden Lungen-

und Krebserkrankungen, welche die jeweiligen Gesundheitssysteme stark belasten. Die WHO spricht von einer „Tabakepidemie“ in diesen Ländern. Zugleich steigen die Margen der Tabakkonzerne und ihre Renditen sind die höchsten unter den Herstellern von Konsumgütern. Wie glaubwürdig ist also die „gesündere Alternative“? Das Ziel sollte demnach nicht die „rauchfreie“, sondern die „tabaknikotindrogenfreie“ Welt sein.

R. Behr

Nichtraucher-Zeitung radikal

Die Neue Mittelschule Völs hat die NRZ 3/2022 samt beigelegtem Plakat „Kinder schützen - Nichtraucher bleiben“ zurückgesendet mit dem Vermerk: „Kein Interesse an einer derart radikalen Zeitschrift!“

Mein Anruf bei der Direktorin, dass ich so eine Aussage über unsere Zeitung noch nie erhalten habe und was daran radikal sein soll, wurde damit beantwortet, dass sie die Zeitung nur weiterleite und nicht die Rücksendung veranlasst hat. Sie werde aber dem Lehrer sagen, dass er mich zurückrufen soll, was natürlich nicht geschehen ist. Wie will dieser seine Aussage auch rechtfertigen? Ich sagte der Direktorin, dass es wohl genügend Lehrer geben müsste, die an dieser Zeitung Interesse haben und so manche Inhalte auch in den Schulunterricht einbauen könnten. Außerdem wäre die NRZ bestens geeignet, sie der Schulbibliothek zur Verfügung zu stellen.

Christiane Hörbiger

Frau Hörbiger, einmal angenommen, ab morgen würde in ganz Deutschland ein striktes Alkoholverbot gelten – wie würden die Leute reagieren, was würde passieren?

Hörbiger: Das ist eine sehr gute Frage, auf die ich überhaupt nicht vorbereitet bin. Wenn zum Alkoholverbot noch ein **absolutes Nikotinverbot** hinzu käme, wäre ich allerdings wirklich ein glücklicher Mensch. Das stört mich im Moment viel mehr, dass es so viele Raucher gibt, die uns die Luft verpesten.

planet-interview.de, 26.4.2011

Ja, liebe Leser, wenn man Aufklärung und Information über die Schädlichkeit des Rauchens als radikal bezeichnen kann, dann haben wir es weit gebracht. Oder war das Wort „radikal“ auf unsere Forderung gemünzt, überall - egal ob im Raum oder im Freien - vom Tabakrauch und E-Zigarettdampf verschont zu bleiben?

Vielleicht können unsere Leser in einer detektivischen Arbeit herausfinden, welcher Artikel bzw. welche Aussage radikal sein soll?

Robert Rockenbauer

Wichtigste Maßnahme

Greenpeace stellte den Menschen unlängst eine unsinnige Frage. Sie wollten wissen, was man am ehesten schützen sollte: das Klima, den Schutz der Meere, die Wälder, den Frieden oder etwas anderes?

Würde man mit der Tabakbeseitigung als wichtigste Maßnahme anfangen, könnte man damit die ganze Schöpfung schützen. Alles in der Natur ist schützenswert und voneinander abhängig. Wie sollte sich jemand

entscheiden, wenn er auf ein überlebenswichtiges Organ verzichten müsste, sei es Hirn, Herz, Nieren oder Leber? Egal, wofür er sich entscheidet, am Ende wäre dieser Mensch tot. Also: Fangen wir mit der Tabakbeseitigung an!

Birgit Kübler

Wehret den Anfängen!

Erst Tabak und Alkohol und jetzt Cannabis. So möchte die jetzige Regierung Erwachsene und Heranwachsende beglücken. Legalisierung von Cannabis hat mit Prävention, Fürsorge und Gesundheitsschutz nichts zu tun. Ist die Wirklichkeit so unerträglich, dass sie nur bekifft zu ertragen ist? Es ist allerhöchste Zeit, dass die Gesellschaft sich um die Kinder und Jugendlichen kümmert. Kinder und Heranwachsende müssen wissen, dass Drogen - egal welche - keine Probleme lösen und dass diejenigen, die sich damit bereichern, Handelsmänner des Todes sind.

Birgit Kübler

Rauchers Rache

Wie doch so manche Anhänger des blauen Dunstes reagieren, wenn sie sich wegen ihrer Sucht nach dem weißen Glimmstängel durch Aktionen der anderen Seite zart auf die Füße getreten fühlen....! Da gibt es eine „Schutzgemeinschaft für Nichtraucher“ in Tirol, deren Vorsitzender in Landeck seinen Wohnsitz hat und neben seiner Anti-Raucher-Kampagne auch noch als Freizeitbeschäftigung die Malerei und Graphik auf seine Fahnen geheftet hat. Zu diesem Zwecke hat er für sich und für seine eventuell Gleichgesinnten in „Sachen Kunst und blauen Dunst“ an seiner Eingangstüre in der Malser Straße in Landeck zwei Plakate an die Innenseite der Glasscheibe geheftet. „Atelier Rockenbauer“ und „Schutzgemeinschaft für Nichtraucher“ lautete die jeweilige Inschrift.

Das ging eine Weile so gut. Doch seit geraumer Zeit klappte diese, für manche sicher interessante Information nicht mehr. Für die, scheinbar durch die in letzter Zeit stärker gewordenen Aktivitäten des obgenannten Anti-Raucher-Napoleons, in Unruhe gebrachten unbekanntes Täter sind diese Plakate ein Dorn im vom Zigarettenrauch geröteten Auge. Nach und nach wurden die Aufschriften immer wieder heruntergerissen, regelmäßig und mit verblüffender Genauigkeit. Nach Ansicht des Betroffenen, der übrigens mittlerweile Anzeige gegen Unbekannt erstattet hat („Mir wurde es langsam zu bunt...!“), kann es sich nur um „rauchende Täter“ handeln. Wie lange allerdings diese Aktion der Dames, Milde- u. Marlboro-Anhänger dauern soll, ist unbekannt. Nur, mit der Zeit wird's lächerlich. Helmuth Schöffthaler, Blickpunkt, 12.9.1975

**DER EINE WARTET, DASS DIE ZEIT SICH WANDELT,
DER ANDERE PACKT SIE KRÄFTIG AN UND HANDELT.**

DANTE ALIGHIERI, ITALIENISCHER DICHER UND PHILOSOPH (1265-1321)

CHRISTLICHE BUCHHANDLUNG

Robert Rockenbauer

6020 Innsbruck, Haller Str. 3

Montag - Freitag

10 - 12.30 Uhr und 15 - 18 Uhr

Große Auswahl - Beste Beratung

Parkplätze vor dem Geschäft

Telefon 0664 9302 958

[www.nichtraucherverein.at/
christliche-buchhandlung/](http://www.nichtraucherverein.at/christliche-buchhandlung/)

32
Jahre
1991
2023

- Fachbuchhandlung für biblisch fundierte Literatur. Für alle christlichen Konfessionen u. Altersgruppen.
- Große Auswahl an Geschenkartikeln aller Art.
- Aufgrund des 31-jährigen Bestehens gibt es sehr viele Sonderangebote mit 20, 30 und 40 Prozent Rabatt!
- **Sie finden:** Bibeln, Sachbücher zur Bibel, Kommentare, Glaubenshilfen, Lebenshilfen, Andachten, Gebete, Ehe, Familie, Erziehung, Gesundheit, Bilderbücher, Kinderbibeln, Biografien, Romane, Bildbände, Billets, Karten, Poster, div. Geschenkartikel, Kalender, Weihnachtliches usw.

GEMEINSAM SIND WIR STARK

Unterstützen auch Sie unsere Anliegen mit einem Jahresbeitrag von 30,- Euro oder Spende. Keine weiteren Verpflichtungen!

- **Nichtraucherschutz bei Menschenansammlungen auch im Freien:** Außengastronomie Sportstadien, Konzerte, Festivals, Freilichtkino, Bäder, Liegewiesen, Parks, Zoos, Spielplätze, Bus- u. Straßenbahnhaltstellen, Fußgängerzonen, Flohmärkte, Bauernmärkte, usw.
- **Jugendaufklärungsarbeit**
- **Öffentlichkeitsarbeit**
- **Raucherberatung**
- **Geregelte Raucher- Nichtraucherzeiten bei rauchenden Nachbarn**



**Österreichische Schutzgemeinschaft
für Nichtraucher**

Thomas-Riss-Weg 10, 6020 Innsbruck
nichtraucherschutz@aon.at
www.nichtraucherverein.at

Alle Blumen brauchen Sonne

Im Frühling und Sommer kann man sehen, wie sich die Blumen unter dem wärmenden Licht der Sonne öffnen, ihre Blütenpracht entfalten und sich in der Kühle der Nacht wieder schließen. - So können Worte der Liebe ein Menschenleben zur Entfaltung und Blüte bringen. In der Wärme einer bergenden Umgebung öffnen sich Menschen und leuchten. Vertrauen strahlen sie aus, und Freude lacht aus ihren Gesichtern. Andererseits können Kälte und finstere Absichten einen Menschen verschließen und bedrücken. Viele Menschen verkümmern auf der Schattenseite des Lebens, ohne die Sonne der Liebe und die Wärme von Zuneigung zu erleben. Darum möchte Gott uns Menschen wie eine freundliche Sonne Licht geben und Wärme schenken. Unter seiner göttlichen Liebe darf unser menschliches Leben aufblühen und seine ganze Pracht entfalten. Wenden wir unser Gesicht seiner Liebe zu, dann fallen die Schatten hinter uns. Gott möchte uns mit seiner Freundlichkeit öffnen und mit seiner Barmherzigkeit wärmen.

Ohne Gottes Liebe werden wir verkümmern. Unsere Jahre werden freudlos und ohne Glanz bleiben. Aber wenn uns die Sonne der Liebe Gottes lacht, wird auch unsere Antwort Freundlichkeit und Fröhlichkeit sein. Alle Menschen brauchen Liebe, und Gott will uns Liebe geben!

Aus „Überlebensgeschichten“, Andachtsbuch für jeden Tag, erhältlich bei Christlicher Buchhandlung, Haller Straße 3, Mo - Fr 10 - 12.30, 15 - 18 Uhr.

Bilanz 2022

Einnahmen

Mitgliedsbeiträge u. Spenden	11.298,66
Sonderspende für Miete	1.600,00
Kto. Jugendaufklärungsarbeit	1.400,00
Subvention Land Tirol	6.000,00
Subvention Stadt Innsbruck	5.000,00
Gesundheitsministerium	2.500,00
Sponsor/Werbung	1.450,00
Materialverkauf	0,00
Zinsen	5,82
GESAMTEINNAHMEN	29.254,48

Ausgaben

Miete	6.518,00
Strom, Heizung	470,64
Telefon	649,63
Verwaltungsaufwand, Büro, Einrichtung	995,82
Bankspesen	367,75
Nichtraucher-Zeitung inkl. Versand	20.963,85
Fahrtspesen, KFZ-Haftpflichtvers.	1.582,47
Versicherungen	332,67
Computer/Reparaturen/Neuanschaffung	406,70
Versand	62,71
GESAMTAUSGABEN	32.350,24
SALDO per 31.12.2022	- 3.095,76
Saldovortrag per 1.1.2022	+ 119,26
Saldovortrag per 1.1.2023	- 2.976,50