PRÄVENTION

INFORMIERT

Vapes und E-Zigaretten

Der Konsum von Vapes (Einweg-E-Zigaretten) und E-Zigaretten ist für Kinder und Jugendliche verboten. Dennoch kann die Versuchung groß sein, solche Produkte selbst auszuprobieren. Besonders die Vermarktung als harmlose Lifestyleprodukte mit unterschiedlichen Geschmacksrichtungen animiert Kinder und Jugendliche dazu. Vaping, das Inhalieren von Dampf aus elektrischen Zigaretten, wird oft als weniger schädlich gegenüber dem Rauchen von herkömmlichen Zigaretten dargestellt, aber es birgt erhebliche Risiken.

Was sind Vapes und wie kann ein möglicher Konsum erkannt werden?

Vapes oder E-Zigaretten sind elektronische Geräte, die eine Flüssigkeit (sogenanntes E-Liquid) erhitzen, um einen Aerosol-Dampf zu erzeugen. Dieser wird beim Konsum inhaliert. Die Flüssigkeiten enthalten oft Nikotin, Aromastoffe und Chemikalien, die auch in Zigaretten vorkommen. Gemäß § 10 des Jugendschutzgesetzes dürfen Vapes, E-Zigaretten und E-Shishas unabhängig von ihrem Nikotingehalt nicht an Kinder und Jugendliche verkauft werden. Auch der Konsum ist unter 18 Jahren verboten. Zudem sind im Internet zahlreiche Produkte erhältlich, die in Deutschland nicht zugelassen oder sogar verboten sind.

Um Kinder und Jugendliche vor den Gefahren von Vapes zu schützen, ist es wichtig, frühzeitig Anzeichen für den Konsum zu erkennen. Zudem sollten sie über die Risiken aufgeklärt und aktiv dabei unterstützt werden, auf solche Produkte zu verzichten. Folgende Anhaltspunkte können auf einen möglichen Konsum hindeuten:

- *Verändertes Verhalten*: Rückzug, Stimmungsschwankungen oder Unruhe können auf eine Nikotinabhängigkeit hindeuten.
- *Ungewöhnliche Düfte:* Viele Vapes haben auffällige süße oder fruchtige Gerüche.
- *Vape-Geräte*: Die Geräte, mit denen konsumiert wird, sind oft klein und bunt.



Abb.: verschiedene Vapes

Bildnachweis: AdobeStock

Risiken und Gefahren:

Nikotinabhängigkeit

Die meisten Vapes enthalten Nikotin, das stark abhängig macht. Selbst ein kurzzeitiger Konsum kann bei Kindern und Jugendlichen zu einer Abhängigkeit führen, da das Gehirn in der Entwicklung besonders anfällig für Suchtmittel ist.

Landeskriminalamt Baden-Württemberg
Referat Prävention
Taubenheimstr. 85
70372 Stuttgart

Telefon: 0711 5401 - 3458
E-Mail: praevention@polizei.bwl.de

Gesundheitsgefahren

- *Lungenschäden:* Studien zeigen, dass das Einatmen der Chemikalien aus E-Liquids zu schweren Lungenerkrankungen und Schädigungen des Herz-Kreislauf-Systems führen kann.
- *Krebserregende Substanzen*: Analysen deuten darauf hin, dass beim Dampfen krebserregende Substanzen entstehen können – auch bei nikotinfreien Liquids.
- *Schädigung des Gehirns:* Nikotin kann die Gehirnentwicklung bei Kindern und Jugendlichen beeinträchtigen, was zu Konzentrationsproblemen, Lernschwierigkeiten und erhöhter Impulsivität führen kann.
- *Unklare Langzeitrisiken:* Da Vaping relativ neu ist, sind die Langzeitfolgen noch nicht vollständig erforscht. Erste Studien deuten aber auf potenziell ernsthafte Gesundheitsschäden hin.
- *Gefahr durch Zusatzstoffe:* Manche Vapes enthalten THC (Hauptwirkstoff von Cannabis) oder andere schädliche (psychoaktive) Stoffe, die das Risiko einer Suchterkrankung oder schwerer Gesundheitsprobleme erhöhen können.

Unsere Tipps:

- **Sensibilisieren Sie für die Auswirkungen**
  Klären Sie über die potenziellen langfristigen Auswirkungen des Vape-Konsums auf, wie beispielsweise kognitive Beeinträchtigungen, Abhängigkeit, Gesundheitsgefahren und negative Folgen für die schulische und soziale Entwicklung.
- **Fördern Sie bewusstes Verhalten**
  Helfen Sie Kindern und Jugendlichen dabei, ein bewusstes und verantwortungsvolles Verhalten zu entwickeln. Betonen Sie, wie wichtig Selbstkontrolle und kritisches Denken im Umgang mit Suchtmitteln sind.
- **Stärken Sie die Handlungskompetenz**
  Besprechen Sie mit Kindern und Jugendlichen Strategien, wie sie bei (Erst-)Kontakten mit Vapes und E-Zigaretten richtig handeln und mit Gruppenzwang umgehen können.
- **Bieten Sie Unterstützung an**
  Wenn Ihr Kind bereits Vapes konsumiert, bieten Sie Unterstützung an, um den Konsum zu beenden. Suchtberatungen und Ärztinnen und Ärzte können hierbei helfen.

Weitere Informationen und Hilfsangebote:

www.drugcom.de
Auf der Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung erhalten Sie anschauliche Informationen, Neuigkeiten sowie Beratungsangebote zu verschiedenen Substanzen und Folgen von Konsum.

www.digisucht.de
Diese Internetseite bietet die Möglichkeit, Suchtberatungsstellen unkompliziert online zu kontaktieren.

www.polizeifuerdich.de und **www.polizei-beratung.de**
Auf den Internetseiten der Polizei stehen Ihnen weitere wertvolle Informationen und Tipps zu verschiedensten Themen zur Verfügung.