

Faktenpapier

NIKOTIN

Stand: Januar 2024



Bündnis für Tabakfreien
Genuss (BfTG) e.V.
Unter den Linden 21
10117 Berlin | Germany

Tel.: +49 (0)30 209 240 80
Fax: +49 (0)30 209 240 00
E-Mail: info@BfTG.org
www.tabakfreiergenuss.org

Vorstand:
Dustin Dahlmann (Vorsitz)
Thomas Mrva, Mark Löffler
Amtsgericht Hamburg VR 23543

In diesem Faktenpapier werden wissenschaftlich belegte Aussagen zum Themenfeld Nikotin aufgelistet. Das Bündnis für Tabakfreien Genuss betont, dass Nikotin ein Suchtstoff ist, der auf keinen Fall von Nichtraucherern verwendet werden sollte, besonders nicht von Jugendlichen und Kindern. Die E-Zigarette ist eine wesentlich weniger schädliche Alternative zur Tabakzigarette und ausschließlich für erwachsene Raucherinnen und Raucher entwickelt worden. Mit diesem Papier soll auch ein Beitrag zur wichtigen Differenzierung von Rauchen und Dampfen geleistet werden, denn die Nikotinaufnahme unterscheidet sich je nach Verwendung deutlich und es ist wichtig, die insgesamt erheblich größere Schädlichkeit des Rauchens zu fokussieren. Das Folgende ist entsprechend in diesem Kontext zu sehen.

Geringes Risiko¹



„Nicotine itself does not cause cancer, lung disease, heart disease or stroke and has been used safely for many years in medicines to help people stop smoking“ (Britischer Gesundheitsdienst NHS).

„Nikotin ist eine in Tabakpflanzen vorkommende einfache chemische Verbindung, die nicht direkt Krebs auslöst, sondern vielmehr von Tabak abhängig macht. Wer abhängig ist, wird sich eher weiterhin den Karzinogenen in gerauchtem oder rauchlosem Tabak aussetzen.“ (Europäischer Kodex zur Krebsbekämpfung*)

„Nicotine no more harmful to health than caffeine“ (Royal Society for Public Health RSPH)

„Nicotine itself is probably safer than caffeine (smokers are killed by other chemicals they inhale with the smoke)“ Prof. Peter Hajek (Queen Mary University)

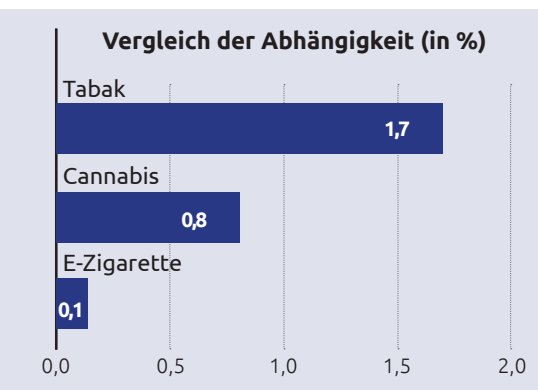
Nikotin entfaltet in Verbindung mit Tabak eine starke Abhängigkeit²

- Abhängigkeit variiert je nach Darreichungsform
- Die Bioverfügbarkeit von Nikotin aus E-Zigaretten beträgt im Vergleich zu Tabak-Zigaretten 60%. Zudem ist die Anflutung wesentlich langsamer. Daher nehmen Dampfer weniger Nikotin auf als Raucher.
- Pures Nikotin hat nur ein sehr geringes, Tabakrauch ein sehr hohes Suchtpotenzial
- Erst die spezifischen Eigenschaften von Tabak erzeugen eine Sucht. Die Abhängigkeit von Rauchern basiert auf der Wirkung von Nikotin in Kombination mit anderen Stoffen im Tabakrauch
- Nikotinhaltige Ersatzpräparate führen nicht zu einer Abhängigkeit wie Tabak
- Dampfer haben einen deutlich geringeren Suchtdruck als Raucher
- Die auf Nikotin basierenden Präparate zur Tabakentwöhnung sind in der WHO-Liste unentbehrlicher Arzneimittel gelistet
- Nikotin steht nicht auf der Liste krebserregender Substanzen der Internationalen Agentur für Krebsforschung der WHO (IARC)

Geringes Abhängigkeitspotenzial bei E-Zigaretten³

Vergleich der Prävalenz der Abhängigkeit von Jugendlichen in Deutschland: **Die Abhängigkeit bei Tabak ist 17mal höher als bei E-Zigaretten.**

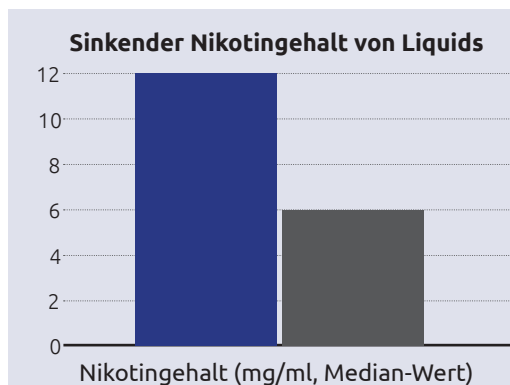
Andere Untersuchungen bestätigen: Die Abhängigkeit ist bei Tabak deutlich größer.



Eine Studie der Universität Genf und der Virginia Commonwealth University stuft das **Suchtpotential von E-Zigaretten ähnlich oder sogar geringer als das von Nikotinkaugummis ein.**

Dampfer reduzieren ihren Nikotinkonsum⁴

Dampfer reduzieren den Nikotingehalt ihrer Liquids mit der Zeit um 50%. Sie nehmen somit im Laufe der Zeit - im Gegensatz zu Tabakrauchern - immer weniger Nikotin auf. Denn anders als bei Tabak können Dampfer den Nikotingehalt ihrer Liquids reduzieren.



E-Zigaretten enthalten nicht so viel Nikotin wie eine Standardpackung mit 20 Tabakzigaretten. Laut der EU-Tabakprodukttrichtlinie dürfen vorbefüllte Tanks und Kartuschen max. nur 2 ml fassen. Bei einem max. Nikotingehalt von 20 mg/ml sind das 40 mg Nikotin. Eine Tabakzigarette enthält ca. 13 mg Nikotin. Eine Standard-Schachtel enthält also ca. 260 mg Nikotin.

Über das Bündnis für Tabakfreien Genuss e.V. (BfTG)

Das BfTG vertritt seit 2015 kleine und mittelständische Unternehmen der deutschen E-Zigaretten-Branche. Es repräsentiert rund drei Viertel des Marktes und agiert unabhängig von der Tabakindustrie. Dabei setzt es sich für einen sachlichen Dialog zu notwendigen Regulierungen sowie dem gesundheits- und wirtschaftspolitischen Potenzial der E-Zigarette ein. Zu den Mitgliedern zählen namhafte Liquid- und Hardwarehersteller sowie Groß- und Einzelhändler aus ganz Deutschland. Mehr unter **bftg.org**.

Wir freuen uns, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen!

QUELLEN

- 1) National Health Service NHS: Vaping myths and the facts, [nhs.uk](https://www.nhs.uk); Europäischer Kodex zur Krebsbekämpfung: Verursacht Nikotin Krebs?, cancer-code-europe.iarc.fr; RSPH: Nicotine no more harmful than caffeine, 13.08.2015, rsph.org.uk; Hajek, P.: E smoking, The Times 25.01.2013, [thetimes.co.uk](https://www.thetimes.co.uk); Bates, C.: Reasonable people, 23.07.2013, clivebates.com
 - 2) Deutscher Bundestag (Ausschuss für Ernährung und Landwirtschaft): Ausschussdrucksache 18(10)354-E, 04.02.2016, [bundestag.de](https://www.bundestag.de); Mayer, B.: Vergleich des Nikotinbedarfs. Gutachten im Zuge des Gesetzgebungsverfahrens zum TabStMoG, 26.02.2021; RCPH: Harm reduction in nicotine addiction, 2007, [web.archive.org](https://www.web.archive.org); WHO: List of Essential Medicines, [who.int](https://www.who.int); IARC: Agenda classified by the IARC, [iarc.who.int](https://www.iarc.who.int)
 - 3) Arnaud, N. u.a.: Prevalence of substance use, European Child & Adolescent Psychiatry 28.2.2023, [springer.com](https://www.springer.com); Etter, J. u.a.: Dependence levels, Drug Alcohol Depend 01.02.2015, [ncbi.nlm.nih.gov](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov); Jackson, S. u.a.: Dependence on nicotine, Addiction Jul. 2021, [ncbi.nlm.nih.gov](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov)
 - 4) Etter, J.: An 8-year longitudinal study, Addictive Behaviors 15.10.2023, [sciencedirect.com](https://www.sciencedirect.com); DKFZ, Nikotin, 2008, [dkfz.de](https://www.dkfz.de); Richtlinie für Tabakerzeugnisse (2014/40/EU), [ec.europa.eu](https://eur-lex.europa.eu); eigene Berechnungen
- *) Initiative der EU-Kommission zur Informierung der EU-Bürgerinnen und -Bürger, um das Risiko von Krebserkrankungen zu verringern.