

# E-Zigaretten – die unterschätzte Chance

Was die Deutschen über E-Zigaretten wissen – und was nicht





## Inhalt

Editorial	3
Umfrageergebnisse	4
E-Zigaretten: Die Mehrheit der Deutschen ist misstrauisch	4
Wissenschaftliche Erkenntnisse sind noch nicht durchgedrungen	5
Mehr Information ist gefragt	6
Deutsche vertrauen Ärzten und Forschern	7
E-Zigaretten: Stand der Forschung	8
Über den VdeH	12
Impressum	13

## Liebe Leserinnen und Leser,

immer neue Innovationen verbessern die Gesellschaft, das Arbeitsleben und die Gesundheit. Mit der E-Zigarette hat sich eine echte Alternative zur herkömmlichen Zigarette entwickelt. Die E-Zigarette hat das Potenzial, die gesundheitlichen Risiken zu reduzieren – und das bei gleichbleibendem Genuss:

1,5 Millionen Menschen in Deutschland sind auf das Dampfen von E-Zigaretten umgestiegen und reduzieren ihr Gesundheitsrisiko nach Schätzungen einer Studie von Public Health England um 95 Prozent.

Der Verband des eZigarettenhandels e.V. (VdeH) setzt sich stellvertretend für die E-Zigaretten-Branche für Aufklärung in Deutschland ein.

Denn während etwa die britische Regierung die E-Zigarette bereits als sinnvolle Alternative zur Tabakzigarette anerkennt und fördert, steht die Politik hierzulande dem deutlich weniger schädlichen Dampfprodukt bislang skeptisch gegenüber. Die Folge: Es mangelt an Informationen, bei den Verbrauchern herrscht Unsicherheit.

Der VdeH hat eine forsa-Umfrage in Auftrag gegeben, deren Ergebnis diese Problematik verdeutlicht: Untersucht wurde, was die Deutschen über E-Zigaretten wissen. Das Ergebnis: Rund 54 Prozent aller Befragten halten das Dampfen von E-Zigaretten für genauso schädlich wie den Konsum herkömmlicher Tabakprodukte oder sogar für schädlicher.

Gleichzeitig wünschen sich 58 Prozent der Konsumenten mehr Informationen über E-Zigaretten und deren Auswirkungen.

Wir fordern: Wenn es um die E-Zigarette geht, muss der Staat aufklären. Auch die Politik sollte anerkennen, dass der Umstieg vom Rauchen auf das Dampfen der Schlüssel zur Risikoreduzierung und Verbesserung der allgemeinen Gesundheit sein kann. Denn das größte Risiko beim Rauchen entsteht aufgrund des Verbrennungsprozesses, der beim Konsum von E-Zigaretten wegfällt. Darauf deuten zahlreiche Studien hin, die im zweiten Teil der Broschüre dargestellt werden.

Mit dieser Publikation möchten wir eine an wissenschaftlichen Erkenntnissen orientierte Diskussion über das Dampfen anregen. Gleichzeitig rufen wir dazu auf, die Forschung zur E-Zigarette auch in Deutschland voranzutreiben.

Eine aufklärende Lektüre wünscht



**Dac Sprengel,**

Vorsitzender des Verbands des  
eZigarettenhandels e.V. (VdeH)

## E-Zigaretten: Die Mehrheit der Deutschen ist misstrauisch

Wenn es um die Risiken von Tabakzigaretten oder vergleichbaren Produkten geht, sind die Deutschen einer Meinung: Die große Mehrheit hält den Konsum von Zigaretten, Zigarillos, Zigarren und Pfeifen für sehr gesundheitsschädlich. Seit wenigen Jahren gibt es eine neue Generation von Produkten auf dem Markt: die E-Zigarette. 1,5 Millionen Menschen in Deutschland nutzen sie regelmäßig. E-Zigaretten haben laut Stand der Wissenschaft das Potenzial, deutlich weniger gesundheitliche Risiken zu bergen als Tabakzigaretten.

Im Jahr 2016 untersuchte der Verband des eZigarettenhandels, kurz VdeH, erstmals in einer repräsentativen Umfrage, wie die Deutschen zur E-Zigarette stehen. Gefragt wurde, wie sie die Schädlichkeit der E-Zigarette im Vergleich zur Tabakzigarette beurteilen. Das zentrale Ergebnis: Rund 56 Prozent der Befragten hielten das Dampfen von E-Zigaretten für ebenso schädlich wie den Konsum herkömmlicher Zigaretten oder sogar für schädlicher.

Ein Jahr später, im November 2017, hat sich das Stimmungsbild kaum gewandelt: In einer Neuauflage der Umfrage durch das Meinungsforschungsinstitut forsa im Auftrag des VdeH gehen 46 Prozent der Befragten davon aus, dass der Konsum von E-Zigaretten genauso schädlich für die Gesundheit ist wie das Rauchen von herkömmlichen Zigaretten. E-Zigaretten seien sogar schädlicher als normale Zigaretten, glauben 8 Prozent der Befragten. Während sich das Misstrauen kaum verändert hat, zeigt sich dennoch, dass der Anteil derer gesunken ist, die keine Meinung zur E-Zigarette haben: 2016 hatte knapp jeder Vierte keine Meinung zur Schädlichkeit von E-Zigaretten oder kannte das Produkt gar nicht erst (27,6 Prozent). 2017 lag der Anteil nur noch bei 5 Prozent.

# 54 %

*aller Deutschen gehen 2017 davon aus, dass E-Zigaretten im Vergleich zu Tabakzigaretten genauso schädlich oder schädlicher sind.*

Das Fazit: Mehr als die Hälfte – 54 Prozent – der Bundesbürger geht davon aus, dass E-Zigaretten mindestens genauso schädlich sind wie herkömmliche Zigaretten, die Tabak enthalten. „Obwohl die Bekanntheit von E-Zigaretten insgesamt gestiegen ist, fehlt es weiterhin an Aufklärung. Während wissenschaftliche Studien ganz klar die Chancen der E-Zigarette unterstreichen, ist mehr als die Hälfte der Bevölkerung weiterhin fehlinformiert. Hier sehen wir einen dringenden Handlungsbedarf seitens der Politik“, so der VdeH-Vorsitzende Dac Sprengel.

## Wissenschaftliche Erkenntnisse sind noch nicht durchgedrungen

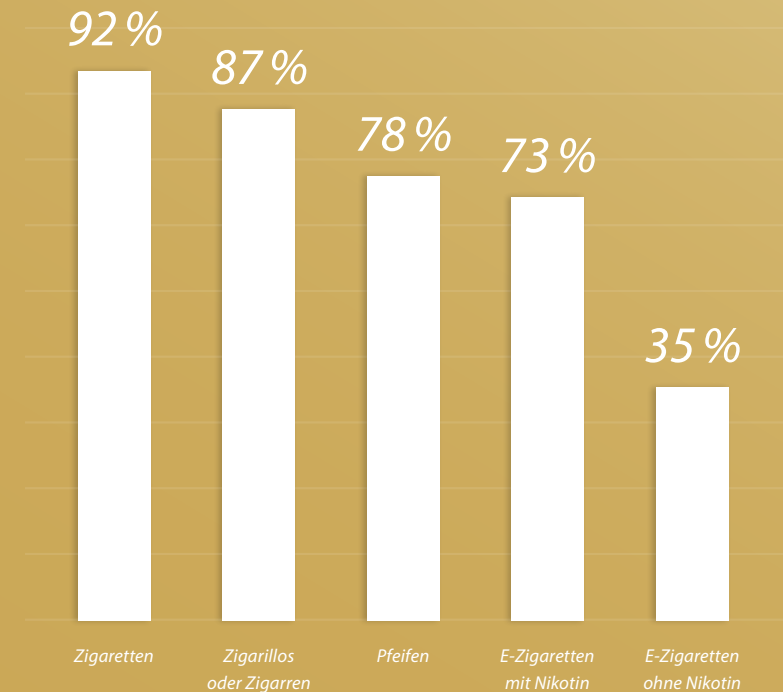
Im Jahr 2015 hat die britische Regierungsbehörde Public Health England eine Studie vorgelegt, die darauf hindeutet, dass E-Zigaretten 95 Prozent weniger schädlich sind als herkömmliche Tabakzigaretten.

Doch in Deutschland herrscht weiterhin Verunsicherung: Mit 84 Prozent hält die überwiegende Mehrheit der Befragten die an die Studie angelehnte Aussage „E-Zigaretten sind 95 Prozent weniger schädlich für die Gesundheit als Tabakzigaretten“ für wenig oder überhaupt nicht glaubwürdig. Nur 13 Prozent der Befragten halten die Aussage für sehr oder eher glaubwürdig.

**Auch Prof. Dr. Bernd Mayer,**  
Pharmakologe an der Universität Graz, sieht in E-Zigaretten eine Chance:

*„Bislang galt: Menschen rauchen wegen des Nikotins, aber schädigen ihre Gesundheit durch Teer. Mit E-Zigaretten ist dagegen Nikotininhalation ohne schädliche Kondensate möglich.“*

*Für sehr gesundheitsschädlich halten die Befragten:*



## Mehr Information ist gefragt

Lange Zeit haben deutsche Medien nur am Rande über die Entwicklung der E-Zigarette berichtet. Erst seit 2012 nimmt die Zahl der Beiträge zum Thema zu. Seit März 2016 wurden erstmals auch einige Artikel mit positiven Überschriften veröffentlicht, wie Analysen des Zentrums für interdisziplinäre Suchtforschung der Universität Hamburg (ZIS) zeigen. Das Resultat: Heute gibt mit 80 Prozent die große Mehrheit der Befragten an, schon einmal etwas zum Thema E-Zigaretten in den Medien gehört oder gelesen zu haben.

Zufrieden sind sie mit der Berichterstattung jedoch nur zum Teil: 58 Prozent aller Befragten hätten gerne mehr Informationen über mögliche Gesundheitsschäden durch den Konsum von E-Zigaretten im Vergleich zu Tabakzigaretten.

*„Wer auf Nikotinkonsum nicht verzichten will, hat mit der E-Zigarette eine wesentlich unbedenklichere Alternative.“*

**Prof. Dr. Bernd Mayer,**  
Pharmakologe an der Universität Graz

## Weniger Giftstoffe im Blut

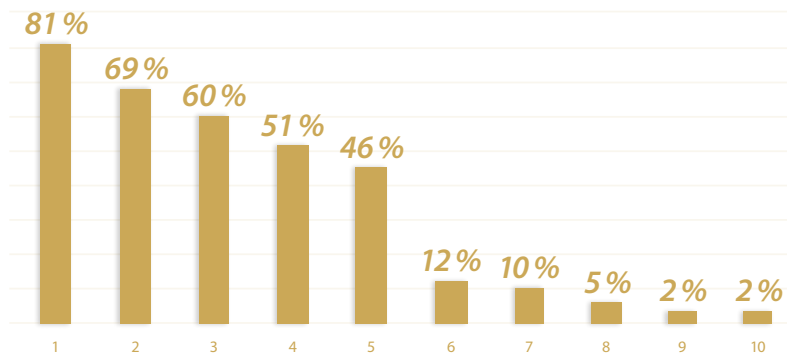
Warum mehr Informationen die Gesundheit von Rauchern verbessern könnten, fasst Prof. Dr. Mayer von der Universität Graz so zusammen: „Untersuchungen zeigen, dass der Anteil toxischer Substanzen im Blut von E-Zigaretten-Nutzern bereits zwei Wochen nach dem Umstieg so niedrig ist wie der von Nichtrauchern. Wer auf Nikotinkonsum nicht verzichten will, hat mit der E-Zigarette eine wesentlich unbedenklichere Alternative.“

Auch Dac Sprengel sieht noch viel Aufklärungsbedarf: „Deutsche Medien haben in der Vergangenheit sehr einseitig über die E-Zigarette berichtet. Es war viel von giftigen Substanzen und spekulativen Langzeitfolgen die Rede – aber dem potenziell deutlich geringeren Gesundheitsrisiko haben die Journalisten kaum Beachtung geschenkt. Dabei schneidet die E-Zigarette im Vergleich zu Tabakprodukten in Sachen Schadstoffe um Längen besser ab.“

## Deutsche vertrauen Ärzten und Forschern

Mehr Information ist wichtig. Doch wem sollen die Bürgerinnen und Bürger vertrauen? Die Umfrage zeigt, dass sich die Mehrheit der Deutschen eine fachlich und wissenschaftlich fundierte Aufklärung wünscht. Sie vertrauen vor allem Medizinern und Forschern: Mit 81 Prozent hält die überwiegende Mehrheit der Befragten Lungenfachärzte für glaubwürdig, wenn es um die Bewertung der Chancen und Risiken von E-Zigaretten geht. Wissenschaftler an Universitäten und Forschungseinrichtungen belegen mit 69 Prozent Platz zwei, gefolgt von Verbraucherverbänden mit 60 und Allgemeinmedizinern mit 51 Prozent.

Wem glauben die Deutschen in Sachen E-Zigarette?



1. Lungenfachärzten; 2. Wissenschaftlern an Universitäten und Forschungseinrichtungen; 3. Verbraucherschutzverbänden; 4. Allgemeinärzten; 5. Krankenkassen; 6. Journalisten; 7. Familie, Freunden, Bekannten; 8. Pharmaunternehmen; 9. Politikern; 10. Zigarettenunternehmen

## Die Politik ist gefragt

Am wenigsten Vertrauen, wenn es um Informationen zu den gesundheitlichen Auswirkungen von E-Zigaretten geht, genießen Politiker. „Das Vertrauen in die Politik seitens der Bevölkerung ist erschreckend gering. Und doch sind Politiker unverzichtbare Akteure, wenn es darum geht, durch offene Debatten das Wissen um risikoreduzierte Produkte in der Bevölkerung zu verbessern.“

*„Die vorliegenden Studienergebnisse und Informationen müssen von offizieller Seite endlich berücksichtigt werden, um die Chancen für die öffentliche Gesundheit zu nutzen.“*

**Prof. Dr. Bernd Mayer,**  
Pharmakologe an der Universität Graz

## E-Zigaretten: Stand der Forschung

Medien berichten nicht immer ausgewogen über die E-Zigarette. Zu diesem Ergebnis kommt das Zentrum für interdisziplinäre Suchtforschung der Universität Hamburg (ZIS) 2016. Die Wissenschaftler sprechen von verpassten Chancen. In der vom Bundesministerium für Gesundheit geförderten Studie heißt es:

*„Ihrer Aufgabe, möglichst neutral über das neue Phänomen E-Zigarette auf der Basis einer ausreichenden und vertieften Recherche zu berichten, sind die Medien in den letzten Jahren nicht nachgekommen. Dabei hätten sie sowohl Denkanstöße liefern als auch zu kontroversen Diskussionen anregen können.“*

Anstatt eine offene Debatte anzuregen, tauchen immer wieder bestimmte Kritikpunkte in der Berichterstattung auf: Die Autoren kritisieren die vermeintliche Schädlichkeit der Liquids, das Inhalieren potenziell krebserregender Stoffe oder die vermeintliche Explosionsgefahr.

Aktuelle medizinische und wissenschaftliche Untersuchungen sprechen dagegen eine andere Sprache und deuten auf die Chancen von E-Zigaretten aufgrund des signifikant reduzierten Risikos hin. Die Mehrheit der Studien kommt aus dem englischsprachigen Raum, die Forschung in Deutschland hinkt bislang hinterher.

*Experten sagen ...*

*... dass der Konsum von E-Zigaretten 95 Prozent sicherer ist als das Rauchen von Tabakzigaretten.*

**Public Health England, 2015**

*Original: „An expert review of the latest evidence concludes that e-cigarettes are around 95% safer than smoked tobacco and they can help smokers to quit.“*

*... dass es unwahrscheinlich ist, dass die Gesundheitsrisiken bei dauerhaftem Konsum von E-Zigaretten mehr als 5 Prozent der Risiken des Rauchens ausmachen.*

**Royal College of Physicians, 2016**

*Original: „However, the hazard of health arising from long-term vapour inhalation from the e-cigarettes available today is unlikely to exceed 5% of the harm from smoking tobacco.“*

*... dass viele Raucher E-Zigaretten beim Ausstieg oder bei der Reduktion des Tabakkonsums als hilfreich bewerten.*

**British Medical Association, 2016**

*Original: „Significant numbers of smokers are using e-cigarettes (electronic cigarettes), with many reporting that they are helpful in quitting or cutting down cigarette use.“*



Das sagen die Kritiker:

*„Die Risiken der E-Zigaretten sind noch weitgehend unbekannt und es fehlen Langzeitstudien.“*

Das sagen die Studienergebnisse:

Das Positionspapier zur E-Zigarette der British Medical Association, der wichtigsten Ärzteorganisation und -gewerkschaft Großbritanniens, aus dem Jahr 2017 klärt Ärzte über die Chancen und Risiken der E-Zigarette auf. Darin heißt es unter anderem, dass die Verwendung von E-Zigaretten eindeutige Vorteile besitze, um die Risiken des Rauchens zu verringern, und es einen wachsenden Konsens gebe, dass ihr Konsum wesentlich weniger schädlich sei als der von Tabak.

[British Medical Association \(BMA\) 2017: E-cigarettes: Balancing risks and opportunities](#)

Die Studie von Public Health England legt nahe, dass E-Zigaretten gegenüber herkömmlichen Tabakprodukten 95 Prozent weniger schädlich sind.

[Public Health England, Großbritannien 2015: E-cigarettes: an evidence update](#)

Die erste längere Untersuchung zur E-Zigarette wurde im Februar 2017 von der britischen Krebsforschungs-Organisation Cancer Research UK veröffentlicht. Untersucht wurden unter anderem E-Zigaretten-Nutzer, die schon länger als sechs Monate vollständig von der herkömmlichen Tabakzigarette auf die E-Zigarette umgestiegen waren. Das Ergebnis der Studie legt nahe, dass die Mengen an giftigen und krebserregenden Stoffen im Körper bei E-Zigaretten-Nutzern deutlich geringer sind als bei Tabakrauchern.

[Cancer Research UK, Großbritannien 2017: E-cigarettes safer than smoking says long-term study](#)

Laut der Studie des Royal College of Physicians sind E-Zigaretten ein gutes Instrument, um die Risiken des Nikotinkonsums in der britischen Gesellschaft zu reduzieren.

[Royal College of Physicians, Großbritannien 2016: Nicotine without smoke. Tobacco harm reduction](#)

Die British American Tobacco Gruppe hat ein Testprogramm entwickelt und durchgeführt, dessen Ergebnisse im Journal „Regulatory Toxicology and Pharmacology“ veröffentlicht wurden. Das getestete Produkt ist auch in Deutschland erhältlich. Die Ergebnisse zeichnen das Bild eines Produkts mit dem Potenzial eines – verglichen mit Zigaretten – substanziiell reduzierten Risikos.

[British American Tobacco Gruppe, Großbritannien 2017: Assessing modified risk tobacco and nicotine products: Description of the scientific framework and assessment of a closed modular electronic cigarette](#)

2016 gaben zwei Drittel der 941 befragten Raucher in einer Online-Studie an, dass E-Zigaretten weniger Atembeschwerden verursachten als herkömmliche Zigaretten.

[Karl-Franzens-Universität Graz/Queen Mary University of London, Deutschland/Großbritannien 2016: Changes in the Frequency of Airway Infections in Smokers Who Switched To Vaping: Results of an Online Survey](#)

Das sagen die Kritiker:

*„Die E-Zigarette spricht gezielt Jugendliche an und verleitet sie dazu, mit dem Rauchen anzufangen.“*

Das sagen die Studienergebnisse:

2015 lag die Zahl der Jugendlichen in Großbritannien, die einmal pro Woche eine E-Zigarette nutzen, bei nur 0,5 Prozent. Das ergab eine YouGov-Umfrage, die der englische Nichtraucherenschutzbund Action on Smoking and Health (ASH) in Auftrag gegeben hat.

[ASH 2015: Use of electronic cigarettes among children in Great Britain](#)

Zu einem ähnlichen Ergebnis kommt eine Studie des Mannheimer Instituts für Public Health: So stelle der tägliche Konsum von E-Zigaretten unter Jugendlichen eine „absolute Seltenheit“ dar.

[Mannheimer Institut für Public Health 2015: E-Zigaretten: Konsumenten-Motive und Risikowahrnehmung bei Jugendlichen](#)

Laut der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist der Konsum von E-Zigaretten bei Jugendlichen rückläufig und hat nur eine geringe Bedeutung.

[Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung 2016: Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2015](#)

Das sagen die Kritiker:

*„Die E-Zigarette gefährdet die Erfolge der Tabakprävention.“*

Das sagen die Studienergebnisse:

Im Jahre 2016 wurde eine Studie im „British Medical Journal“ veröffentlicht, deren Ergebnis andeutet, dass E-Zigaretten im Jahr 2015 rund 18.000 Menschen in England dabei geholfen haben könnten, mit dem Rauchen aufzuhören.

[\*BMJ 2016: Association between electronic cigarette use and changes in quit attempts, success of quit attempts, use of smoking cessation pharmacotherapy, and use of stop smoking services in England: time series analysis of population trends\*](#)

Das britische Magazin „Tobacco Control“ fand 2017 heraus: Würden sämtliche Raucher herkömmlicher Zigaretten in den USA auf E-Zigaretten umsteigen, gäbe es bis zum Jahr 2100 bis zu 6,6 Millionen weniger Todesfälle.

[\*Tobacco Control 2017: Potential deaths averted in USA by replacing cigarettes with e-cigarettes\*](#)

Das sagen die Kritiker:

*„Der Dampf der E-Zigaretten ist gefährlich für Nichtraucher.“*

Das sagen die Studienergebnisse:

Laut einer Studie von Public Health England birgt die Freisetzung von geringfügigen Nikotinwerten in die Umgebungsluft keine festgestellten Gesundheitsrisiken für umstehende Personen.

[\*Public Health England, Großbritannien 2015: E-cigarettes: an evidence update\*](#)

Das britische Krebsforschungszentrum Cancer Research kommt auf Basis der vorliegenden Erkenntnisse zu dem Schluss, dass es keine Evidenz dafür gibt, dass der E-Zigaretten-Dampf für andere gefährlich ist.

[\*Cancer Research 2016: Cancer Research UK Briefing: Electronic Cigarettes\*](#)

Das Ergebnis einer vom Fraunhofer-Institut durchgeführten Studie legt nahe, dass bei der Benutzung von E-Zigaretten kein krebsförderndes Formaldehyd freigesetzt wird.

*[Fraunhofer-Institut für Holzforschung \(WKL\) 2012: Elektronische Zigarette auf dem Prüfstand](#)*

Wissenschaftler der Clarkson University veröffentlichten in der Zeitschrift „Inhalation Toxicology“ eine Studie zu den Emissionswerten von E-Zigaretten. Die Studie deutet darauf hin, dass, basierend auf den durchgeführten Messungen von E-Zigaretten, keine Gefährdung für die menschliche Gesundheit ausgeht.

*[Consulting for Health, Air, Nature, & A Greener Environment, LLC \(CHANGE\) 2012: Comparison of the effects of e-cigarette vapor and cigarette smoke on indoor air quality](#)*

## Über den Verband des eZigarettenhandels e.V. (VdeH)

Der Verband des eZigarettenhandels e.V. (VdeH) ist ein Zusammenschluss von Unternehmen, die E-Zigaretten und Zubehör vertreiben oder herstellen. Gründungsdatum des VdeH ist der 19. Dezember 2011

Ziel der Verbandsarbeit ist die Aufklärung der Öffentlichkeit über die Chancen, die das Produkt E-Zigarette als Alternative zum Tabakkonsum besitzt. Um die Sicherheit der im Handel angebotenen Produkte für den Verbraucher zu gewährleisten, haben sich die Mitglieder des Verbands seit seiner Gründung zu Eigenkontrollmaßnahmen verpflichtet und Standards entwickelt, die bei der europäischen Regulierung der E-Zigarette größtenteils übernommen wurden.

Ein wesentlicher Fokus des Verbands liegt auf dem Schutz von Kindern und Jugendlichen. Deshalb haben sich alle Mitglieder schon 2011 zu einem Abgabeverbot an Jugendliche verpflichtet. Der VdeH begrüßt die am 1. April 2016 in Kraft getretene Änderung des Jugendschutzgesetzes und das darin festgelegte Abgabeverbot an Minderjährige. Die E-Zigarette eignet sich nicht für Nichtraucher, Jugendliche oder Kinder. Jedoch bietet sie enorme Chancen für erwachsene Raucher als Alternative zum schädlichen Tabakkonsum.



## Impressum

Herausgegeben von:  
Verband des eZigarettenhandels (e.V.)  
(VdeH)  
Alte Lüneburger Str. 29 a  
21435 Stelle  
info@vd-eh.de  
www.vd-eh.de