

▶ Schnupftabak



► Schnupftabak: Die Fakten

Tabak lässt sich auf zwei Arten konsumieren: Entweder durch Verbrennung wie beim Rauchen einer Zigarette oder ohne Verbrennung wie beim Schnupfen von Tabakpulver.

In beiden Fällen gelangen unter anderem Nikotin und krebserregende Stoffe in den menschlichen Körper. Auch wer Tabak schnupft, kann nikotinsüchtig und krank werden.

Schnupftabak ist ein feingemahlendes Tabakpulver. Eine Prise davon wird auf den Handrücken gestreut, dann in das eine und das andere Nasenloch eingeblasen und nach kurzer Zeit durch Schnutzen weitgehend wieder entfernt. Schnupf- und Kautabake sind in der Schweiz und der Europäischen Union im Handel zugelassen.

► Zusatzstoffe

Schnupftabak enthält verschiedene Zusatzstoffe. Dazu gehören Aromen wie Pfefferminze, aber auch Lemon, Himbeere oder Anis sowie Kräuter und getrocknete Früchte.

Schnupftabake mit Aromen begünstigen den Einstieg in den Tabakkonsum. Die Aromen mildern den eigentlich scharfen Tabakgeschmack. Besonders auch für Jugendliche bieten Hersteller rauchloser Tabakwaren stark aromatisierte Schnupftabake als Einstiegsprodukte an.

Wenn Jugendliche regelmässig Tabak schnupfen, besteht die Gefahr, dass sie später dazu übergehen, Tabak zu rauchen.

► Folgen der Nikotinsucht

Das Nikotin ist eine äusserst wirksame Droge, ähnlich wie Heroin und Kokain. Über die gut durchbluteten Nasenschleimhäute gelangt das Nikotin in den Körper und durch die Blutbahnen ins Gehirn. Dort löst Nikotin angenehme Gefühle aus.

Die Erinnerung an diese positiven Gefühle verankert sich im Langzeitgedächtnis. Früher oder später meldet sich wieder das Verlangen nach einer neuen Prise Schnupftabak. Ein solcher Suchtmechanismus kann sich schon bei Jugendlichen einstellen.

Nikotinsüchtig heisst in diesem Fall:

- Der Blutkreislauf kann stärker belastet werden, weil Nikotin das Herz schneller schlagen lässt und den Blutdruck erhöht.
- Die Nasenschleimhäute werden geschädigt, wenn sie immer wieder mit Schnupftabak in Berührung kommen.

► **Krebserkrankungen durch Konsum von Schnupftabak**

Beim Schnupfen von Tabakpulver sind Atemwege und Lunge nicht direkt betroffen. So gesehen ist das Krebsrisiko beim Konsum von Schnupftabak geringer als beim Rauchen von Zigaretten.

Doch alle Sorten von Schnupftabak enthalten mehr oder weniger hohe Mengen von bestimmten krebserregenden Stoffen, sogenannten Nitrosaminen. Die tabakspezifischen Nitrosamine bilden sich grösstenteils schon beim Trocknen und bei der Verarbeitung der Tabakblätter. Sie sind in allen rauchlosen Tabakwaren zu finden und gehören zu den stark krebserregenden Stoffen.

Also ist durchaus möglich, dass Personen sich einem höheren Krebsrisiko aussetzen, wenn sie zu Schnupftabak greifen. Tatsächlich haben Tierversuche ergeben, dass auch Schnupftabak das Risiko für Nasenkrebs eindeutig erhöht.

Lassen sich diese Ergebnisse auf den Menschen übertragen? Diese Frage kann noch nicht mit ausreichender Sicherheit bejaht werden. Denn bis heute sind über Schnupftabak viel weniger wissenschaftliche Untersuchungen veröffentlicht worden als etwa über die Zigarette.

► **Entzündung der Nasenschleimhaut**

Wer gewohnheitsmässig Tabak schnupft, leidet mehr oder weniger ständig unter entzündeten Nasenschleimhäuten und verstopften Nasengängen.

Ausserdem verfärbt der Schnupftabak die Nasenschleimhäute und den Nasenschleim bräunlich und führt zu mehr Nasenschleim. Der Geruchssinn wird nach und nach schwächer.

► **Schnupftabak – ein Ersatz für die Zigarette?**

Grundsätzlich ist jede Art des Tabakkonsums gesundheitsschädlich, jede Art macht nikotinsüchtig. Das trifft auch auf den Schnupftabak zu. Klar ist: Schnupftabak belastet den Körper mit stark krebserregenden Stoffen und überreizt die Nasenschleimhäute. Verglichen mit Leuten, die tabakfrei leben, müssen Konsumenten und Konsumentinnen von Schnupftabak mit mehr Gesundheitsschäden rechnen.

► Rauchstopplinie 0848 000 181



Die speziell ausgebildeten Beraterinnen und Berater der nationalen Rauchstopplinie kennen sich genau aus in den verschiedenen wissenschaftlich erprobten Entwöhnungsmethoden. Rauchende können sich beim Aufhören von der Rauchstopplinie begleiten lassen und haben die Möglichkeit, im Verlauf der Rauchentwöhnung mehrere Beratungen zu erhalten.

Für Anrufe in **Deutsch, Französisch und Italienisch** ist die Rauchstopplinie unter Nummer 0848 000 181 montags bis freitags von 11 bis 19 Uhr erreichbar (8 Rappen pro Minute ab Fest-

netz). Für die Sprachen **Albanisch, Portugiesisch, Rätoromanisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, Spanisch** und **Türkisch** gibt es je eine eigene Telefonnummer:

0848 183 183 Albanisch

0848 184 184 Portugiesisch

0848 189 189 Rätoromanisch

0848 185 185 Spanisch

0848 186 186 Serbisch/Kroatisch/Bosnisch

0848 187 187 Türkisch

Wer die entsprechende Nummer wählt, erhält innerhalb von 48 Stunden den Anruf einer Fachperson der Rauchstopplinie.