

Tool: 6a

Information

Was sind E-Zigaretten?



Du hast Infos zum Thema

Rauchen von Nikotin erhalten.

Man kann Nikotin in verschiedenen Formen rauchen.

Eine Möglichkeit zu rauchen ist die E-Zigarette

Jetzt lernst Du, was E-Zigaretten sind.

Lies Dir nun den Text durch.

Was sind E-Zigaretten?

E-Zigaretten sind elektrische Zigaretten.

Denn die Geräte funktionieren elektrisch.

Dabei wird eine Flüssig-keit erhitzt.

Und es entsteht Dampf.

Der Dampf wird eingeatmet.

Man sagt dazu auch: Es wird gedampft.

Der Unterschied zu Zigaretten ist:

Beim E-Zigaretten benutzen wird nichts verbrannt.

Es gibt keinen Rauch.



Bisher gibt es in Deutschland keine Gesetze dazu:

Wo ist es verboten oder erlaubt, E-Zigaretten zu verwenden?

Die Nicht-Raucher-Schutz-Gesetze wurden gemacht,
als es noch keine E-Zigaretten gab.

Sie müssen immer fragen:

Ist es erlaubt, E-Zigaretten zu verwenden?

Die Werbung für E-Zigaretten behauptet:

Sie sind harmlos.

Die Shops für E-Zigaretten sehen modern aus.
Sie wirken oft wie eine Drogerie oder Apotheke.
Aus diesen Gründen glauben viele:
E-Zigaretten sind ungefährlich.
Doch E-Zigaretten sind riskant.
Alle sollen darüber Bescheid wissen.

Wie ist eine E-Zigarette aufgebaut?

Und wie funktioniert sie?

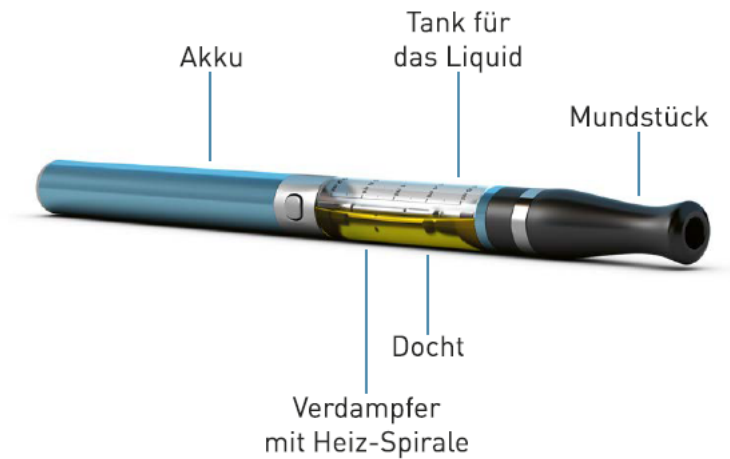
E-Zigaretten gibt es in vielen verschiedenen Formen.
Manche E-Zigaretten sehen aus wie ein Stift.
Andere sehen aus wie ein großer USB-Stick.
Viele E-Zigaretten sehen aus wie ein Kästchen.

Alle E-Zigaretten bestehen aus diesen 5 Teilen:

1. Mund-Stück
2. Tank für das Liquid: Liquid heißt die Aroma-Flüssigkeit von E-Zigaretten.
Es wird gesprochen: Li-kwit.
3. Docht,
4. Verdampfer mit Heiz-Spirale,
5. und Akku.

Die meisten E-Zigaretten haben einen Knopf.
Man drückt den Knopf.
Dann schaltet sich der Strom aus dem Akku an.
Dann wird die Heiz-Spirale im Verdampfer heiß.
Der Verdampfer ist mit dem Liquid-Tank verbunden.

Ein **Docht** verbindet beides miteinander.



Bildquelle: Initiative »Leben ohne Qualm« (LoQ). Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW (o. J.), S. 3

Das **Liquid** kommt über den Docht an die Heiz-Spirale.

Die ist jetzt heiß.

Dadurch wird nun auch das Liquid erhitzt.

Es wird zu Dampf.

Dieser Dampf wird durch das **Mund-Stück** eingeatmet.

Was ist in E-Zigaretten drin?

Liquids

E-Zigaretten enthalten keinen Tabak.

Stattdessen wird eine Flüssig-keit erhitzt: ein Liquid.

In den Liquids sind verschiedene Inhalts-Stoffe.

Und es sind Aroma-Stoffe darin.

Die Liquids gibt es mit oder ohne Nikotin.

Nikotin

Nikotin ist ein Gift: Es macht abhängig.

Viele denken:

Wenn ich nur manchmal E-Zigaretten benutze,
kann nichts passieren.

Doch schnell brauchen sie es öfter.

Weil Nikotin süchtig macht.

Aroma-Stoffe

In den Liquids sind Aromastoffe.

Mit Aroma-Stoffen schmeckt der Dampf besser.

Aroma-Stoffe gibt es in allen Geschmacks-Richtungen.

Zum Beispiel fruchtig wie Apfel oder Mango.

Es gibt aber auch viele andere Sorten.

Zum Beispiel Menthol, Vanille oder Käse-Kuchen.

Vor allem Jugendliche mögen diesen süßen Geschmack.

Die Aroma-Stoffe sind für Essen gedacht.

Im Magen sind sie nicht schädlich.

Doch bei E-Zigaretten werden sie eingeatmet.

So kommen die Aroma-Stoffe in die Lunge.

Sie können der Lunge schaden.

Dampf

Die Liquids in den E-Zigaretten werden erhitzt.

Es entsteht ein nebeliger Dampf.

Viele denken:

Das ist harmloser Wasser-Dampf.

Aber das stimmt nicht.

Beim Erhitzen verändern sich manche Inhalts-Stoffe.

So können Schad-Stoffe entstehen.
Schad-Stoffe sind giftig und können krankmachen.
Es werden immer neue E-Zigaretten hergestellt.
Die Tanks für die Flüssig-keit werden größer.
So passt mehr Liquid hinein.
Bei neuen E-Zigaretten kann man die Hitze einstellen.
Doch je heißer die Flüssig-keit wird,
umso größer die Gefahr.
Denn umso mehr Schad-Stoffe werden eingeatmet.

Der Dampf belastet außerdem andere Menschen.
Wer E-Zigaretten benutzt, sollte nach draußen gehen.
Das muss selbstverständlich werden.
Genauso wie beim Rauchen einer Zigarette.

Quelle:

Eigene Erstellung in Anlehnung an:
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.) (2021): E-Zigaretten sind riskant.
Ein Heft in Leichter Sprache. 1. Auflage. S. 2-5, 10-13.

Der Text wurde in Leichte Sprache übersetzt und geprüft vom:



NachrichtenWerk
Severiberg 1
36037 Fulda

E-Mail: info@nachrichtenwerk.de
Internet: www.nachrichtenwerk.de

Übersetzer: Bastian Ludwig
Prüferin: Annika Klüh, Victoria Tacker und Isabell Zimmer