

Tool: 08

Information

Rauchen und Passiv-Rauchen



Vorlesen
lassen!



Du hast Infos zum Thema

Rauchen von Nikotin erhalten.

Man kann Nikotin selbst dann einatmen,
wenn man nicht selbst raucht.

Das nennt man Passiv-Rauchen.

Jetzt lernst Du, was Passiv-Rauchen ist.

Lies Dir nun den Text durch.

Rauchen und Passiv-Rauchen

Immer weniger Menschen in Deutschland rauchen.

Alle wissen:

Rauchen schadet der Gesundheit.

Rauchen ist gefährlich.

Die meisten Raucher rauchen Zigaretten.

Viele rauchen auch E-Zigaretten.

Außerdem sind Wasser-Pfeifen beliebt.

Nur wenige Menschen rauchen Zigarren oder Pfeifen.

Du bist Nichtraucher?

Das ist gut!

Du schützt deine Gesundheit.

Wo geraucht wird, atmen jedoch alle den Rauch ein.

Auch die, die nicht rauchen.

Das nennt man Passiv-Rauchen.

Auch Passiv-Rauchen ist gefährlich.

Was passiert beim Passiv-Rauchen?

Wenn Raucher an einer Zigarette ziehen,
verbrennt der Tabak.

Es entsteht Rauch.

Den atmet nicht nur der Raucher ein.

Er steigt auch in die Luft.

Im Tabak-Rauch sind viele gefährliche Stoffe.

Sie sind giftig und machen krank.

Diese Schad-Stoffe atmen alle ein,
die in der Nähe sind.

Raucher halten brennende Zigaretten in der Hand.

Oder es liegen brennende Zigaretten im Aschen-Becher.

Auch hier entsteht Rauch.

Alle Menschen atmen diesen Rauch ein.

Auch dieser Rauch ist gefährlich.

Auch dieser Rauch macht krank.

In einer Wohnung hat jemand lange geraucht.

Oder in einem Auto wurde geraucht.

Es ist ungesund, dort zu sein.

Auch wenn gerade nicht geraucht wird.

Denn wo geraucht wurde,

kleben überall Schad-Stoffe:

- an den Wänden
- auf den Böden
- an den Polstern

Die Schad-Stoffe lagern sich auf allen Ober-Flächen ab.

Doch sie lösen sich auch wieder.

Dann sind sie wieder in der Luft.

Wer sich in diesen Räumen aufhält,
atmet die Schad-Stoffe ein.

Rauchen schadet also auch später noch.

Passiv-Rauchen ist gefährlich

Nach dem Einatmen verteilen sich
die Schadstoffe im Körper.
Sie gelangen in Herz und Lunge.
Die Schad-Stoffe machen krank.
Doch davon merkt man erst einmal nichts.
Es können aber schwere Krank-Heiten entstehen.
Vor allem bei häufigem Passiv-Rauchen.
Und beim Passiv-Rauchen über viele Jahre.
Zum Beispiel kann man Krebs bekommen.
Oder man bekommt einen Herz-Infarkt.

Einige Menschen merken das Passiv-Rauchen sofort.
Sie fühlen sich nicht wohl.
Augen, Nase oder Hals tun ihnen weh.
Manche Menschen bekommen davon Kopf-Schmerzen.
Anderen wird übel oder schwindelig.
Durch Passiv-Rauchen kann man auch Asthma bekommen.

Quelle:

Eigene Erstellung in Anlehnung an: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen
(Hrsg.) (2020): Rauchen ist auch für andere riskant. Ein Heft über Passiv-
Rauchen in Leichter Sprache. 1. Auflage. S. 2-7.

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