

Zum Artikel "[Hauptsache nikotinabhängig. Über die Gesundheitsgefahren des Tabakrauchens und des Gebrauchs von E-Inhalationsprodukten und Tabakerhitzern.](#)" erreichten uns diverse Zuschriften. Einige Leser stimmen Dr. Kolenda zu, loben seinen Einsatz, und dass die Nachdenkseiten sich dieser Thematik annehmen. Andere Leser reagieren ablehnend, und begründen dies teilweise detailliert. Es ist schwer, hier den Überblick zu behalten, denn es scheint auch ein recht emotional geladenes Thema zu sein, und es scheinen auch von verschiedenen Seiten handfeste Interessen involviert zu sein. Mit den nachfolgenden Briefen können sich unsere Leser möglicherweise ihre eigene Meinung bilden. Bitte beachten Sie auch die ergänzenden Anmerkungen von Herrn Dr. Kolenda ganz am Schluß. Zusammengestellt von **Moritz Müller**.

## 1. Leserbrief

Lieber Herr Kolenda

Guten Morgen aus Porto und vielen Dank für Ihren heutigen Artikel in den NDS. Wie alle Ihre Beiträge, geht mir auch dieser Artikel unter die Haut und dürfte, auch wenn ich nichtmedizinischer Fachmann bin, ausgezeichnet recherchiert sein. Andererseits beschäftige ich mich auch mit Gesundheitsrisiken, und zwar denen, die von den Umweltbelastungen herkommen, vor allem von der Luftbelastung. Ich verfolge die Studien, die regelmässig von der WHO, der EU Umweltagentur und anderen Institutionen hierzu veröffentlicht werden, und ich bin sicher, Sie kennen sie auch und sind genauso bestürzt über die gigantischen Zahlen „vorzeitiger Todesfälle“. Ich vermute mal, der Zusammenhang zwischen Rauchen und Luftbelastung in Innenräumen und im Aussenbereich ist ein eigenes Kapitel, aber vielleicht eines, das im Zusammenhang mit dem Risiko Rauchen mitgelesen werden sollte. Oder?

Haben Sie zu diesen Themen Lesetipps, vielleicht sogar aus Ihrer Feder?

Ich wünsche Ihnen alles Gute weiterhin viel Energie und freue mich auf mehr engagierte Artikel. Und die Nachdenkseiten sind schon tolles Medium, finden Sie nicht auch?

Herzlichst Ihr  
Lothar Gündling

---

## 2. Leserbrief

Sehr geehrte Redaktion,

Ich bin ein wenig entsetzt über den undifferenzierten Artikel auf Ihren Seiten, die ich ansonsten sehr zu schätzen weiß.

Völlig unstrittig ist, das es wohl immer am gesündesten ist, keine Genussdrogen zu konsumieren, saubere Luft zu atmen und Bio Gemüse zu essen. Jetzt kommt die Realität und wir leben in der Stadt, kaufen bei Aldi und Rewe und wir haben die ein oder andere Schwäche. Bei den Rauchern mit fatalen gesundheitlichen Folgen, auch unstrittig. Ich finde es so unfassbar verantwortungslos in der Masse, u.a. durch Artikel wie den oben genannten, die E-Zigarette in das Licht „man weiß ja nicht, lieber die Finger weg davon“ zu stellen. Man weiß sehr wohl! Recht viel. Man muss nur wissen wollen.

Die Tabakindustrie ist im übrigen auch gar nicht der „Erfinder“ der E-Zigarette. Die steigen jetzt nur ein.

Meine persönliche Erfahrung ist kurz geschildert: 25 Jahre geraucht, mehrfache Versuche aufzuhören, alle gescheitert. E-Zigarette überdacht. Durch entsprechende Berichte sehr verunsichert, es als schädlicher eingestuft, 2 Jahre gewartet, dann doch eine geholt. Seit dem nie wieder eine Zigarette geraucht. Nikotingehalt seitdem kontinuierlich reduziert. Da ich sie mittlerweile öfter mal vergesse oder über Stunden hinweg ignoriere, bin ich guter Dinge die E-Zigarette in naher Zukunft auch ganz sein zu lassen.

Mein Weg deckt sich mit den allermeisten Erfahrungsberichten, die ich in Foren etc. mitbekomme. Woher die Zahl „70% konsumieren beides“ kommt, kann ich mir mit meinen Erfahrungen nicht erklären.

Wie gesagt, besser ist bestimmt gar nichts, aber Leute rauchen zu lassen, statt ihnen eine deutlich unschädlichere Alternative NICHT zu vermiesen bzw. bezüglich des Konsums zu verunsichern, das ist schlichtweg verantwortungslos!

Wie absurd zum Teil die Panikmache ist, ist ganz gut am Thema Formaldehyd zu sehen:

“Aus (für Insider) naheliegenden Gründen habe ich mir die Bananen als Beispiel ausgesucht, die 16.3 mg Formaldehyd pro Kilogramm enthalten. Laut Messungen von Dr. Konstantinos Farsalinos enthält der Dampf von 10 Zügen aus E-Zigaretten (bei üblicher Leistung) durchschnittlich 4 µg Formaldehyd, also 0.004 mg. Demnach entspricht der Formaldehyd-Gehalt von 1 kg Bananen 40.750 µg Formaldehyd. Bei Birnen (bis zu 60 mg Formaldehyd pro kg) wären es

150.000 Züge. In Worten: vierzigtausend bzw. hundertfünfzigtausend Züge!”  
*Prof. Dr. Bernhard-Michael Mayer*

Weitere Informationen zu dem Thema, die zugrunde liegenden Studien / Quellen sind dort entsprechend verlinkt:

Das Dkfz (Deutsches Krebsforschungsinstitut) als Quelle:

“Der Deutsche Zigarettenverband DZV gab im vergangenen Jahr eine Pressemitteilung heraus, in der es das Deutsche Krebsforschungsinstitut zur Offenlegung möglicher Interessenskonflikte aufforderte.

Denn eine Reportage der Süddeutschen Zeitung hatte unter anderem einmal den Wissenschaftliche Aktionskreis Tabakentwöhnung e. V. genauer betrachtet. Denn der setzt sich vehement für Nicotin Ersatz Therapien wie Nicotinkaugummi, Nicotin Sprays und ähnlichem ein. [Den sehr guten Artikel [findet Ihr hier](#)...]

Dabei kam heraus, dass dieser Aktionskreis von der Firma Novartis Consumer Health gegründet wurde. Und Novartis ist zufällig der Hersteller von Nicotinell.

Mitglied im Wissenschaftlichen Aktionskreis Tabakentwöhnung ist unter anderem die bekannte Dr. Pötschke-Langer, die zu dem Zeitpunkt noch die Leiterin der Stabsstelle Krebsprävention beim DKFZ war.

Die Tabakindustrie braucht eine solche Lobbyarbeit nicht. Denn wie inzwischen auch offensichtlich geworden ist, springt sie einfach nur auf den Zug der E-Zigarette auf. Mit ihren Heat not Burn Produkten hat sie Beispielsweise in Japan bereits richtig Boden gewonnen.”

Vollständiger Artikel:

Und natürlich darf auch die Jugend nicht fehlen:

“Unsere Ergebnisse zeigen, dass es keinen Beweis dafür gibt, dass E-Zigaretten den Drang Tabak zu rauchen erhöht. Das ist entscheidend und zeigt, dass die Befürchtung der E-Zigarette als Gateway für mehr Jugendliche die zu Rauchern

werden gegenwertig nicht gerechtfertigt ist.”

Young People’s Use of E-Cigarettes across the United Kingdom: Findings from Five Surveys 2015-2017; Int. J. Environ. Res. Public Health, 29.08.2017

Videos zum Thema [Dampfen und Schädlichkeit von Prof. Dr. Bernhard-Michael Mayer, Karl-Franzens-Universität Graz, Institut für Pharmazeutische Wissenschafte.](#)

Seine Anhörung im Bundestag [mit detaillierten Informationen und Quellen zu entsprechenden Studien etc.](#)

Zum Schluß noch, weil es auch gut zum Artikel und der Tabakindustrie passt: [Der Film „a billion lives“ \(auch in deutsch erhältlich\)](#)

In der Hoffnung ein bisschen Lust auf Recherche gemacht zu haben, verbleibe ich mit besten Grüßen  
Melek Kosar

---

### 3. Leserbrief

Sehr geehrte Damen und Herren

gerne lese ich ihre Beiträge zu allen Themen von Politik und Gesellschaft.

Leider musste ich bei ihrem Beitrag vom 08.07.2018 **Hauptsache nikotinabhängig. Über die Gesundheitsgefahren des Tabakrauchens und des Gebrauchs von E-Inhalationsprodukten und Tabakerhitzern.** mit erstaunen die Aussagen des Arztes Herr Kolenda lesen. Zu diesen möchte ich als informierter Dampfer etwas entgegen halten.

Die Ausführungen zu Tabakprodukten sind im wesentlich richtig wenn auch in manchen Punkten etwas übertrieben.

Das Thema Passivrauch wurde eigentlich ebenso schon lange als Statistische Taschenspielertricks enttarnt. Diese wurden natürlich zur Durchsetzung politischen Willens erstellt mit viel Rückenwind und Druck der WHO. Seine Ausführungen zu Nikotin sind ebenso Stand von vorgestern.

Bereits 2011 hat der berühmte Tabaksuchtforscher Prof. Dr. Fagerström „Nikotin“ aus seinem bekannten Test gestrichen.

Weil der Begründung zur Suchtwirkung von Nikotin die wissenschaftliche Basis fehlte.

Leider hat die liebe Ärzteschaft und auch Uni-Kliniken das noch nicht mitbekommen und veröffentlichen munter die alte Fassung (mit Nikotin) des Fragebogens zur Suchtbewertung von Rauchern.

In den letzten Jahren hat sich besonders Prof. Dr. B. Mayer (Toxikologe Uni Graz) um die Erforschung des Nikotins bemüht und hat Klarheit in dieses Thema gebracht.

Auch der Toxikologe kommt zu dem Ergebnis, dass das Suchtpotential von Nikotin sehr gering ist.

Aber auch seine Aussage über die E-Zigarette als Einstiegsdroge (bes. für Jugendliche), welche als „Gateway-Theorie“ bekannt wurde ist bereits mehrfach durch tatsächliche Studien ad absurdum geführt worden. Besonders sollte hier Prof. Dr. Linda Bauld Universität Sterling genannt werden.

Das leidige Thema Langzeitstudien welche solch fragwürdigen Fachleute gerne als Argument bemühen ist wegen praktischer Unmöglichkeit wissenschaftlich unseriös.

Dennoch gibt's es eine Studie, welche belegt, das E-Dampfen keine negativen gesundheitlichen Auswirkungen hat. Prof. Dr. Riccardo Polosa hat diese durchgeführt.

Eine Übersetzung / Zusammenfassung ins deutsche [finden sie auch hier](#).

Natürlich ist das keine richtige Langzeitstudie weil die würde ja 50-60 Jahre dauern.

Natürlich dürfen auch die angeblich Krebserregenden Stoffe in der e-Dampfe nicht vergessen werden. Leider gibt der Mediziner etwas falsches wieder.

Ein sehr Informatives Video zu dem Thema Dual Use, keine Schadensminimierung durch Reduktion des Konsums von Zigaretten, Formaldehyd usw... Klärt Prof. Dr. B. Mayer [hier](#).

Nebenbei deckt er auch noch einige unseriöse wissenschaftliche Behauptungen auf. Sowie die Behauptung für Formaldehyd gäbe es keine Grenzwerte.

Selbstverständlich gibt es die. Übrigens ist Formaldehyd ein Bestandteil der menschlichen

ausgeatmeten Luft. Wenn man sich die Relationen der gefundenen Werte zu den offiziellen Grenzwerten ansieht muss man lachen, wie man solche Kleinigkeiten so hoch spielen kann, und trotzdem ernst schauen kann.

Wer Interesse hat kann auch die anderen Videos von Prof. Dr. B. Mayer ansehen. Alle gehen um das Thema: Dampfen und Gesundheit, Nikotin (2 Teile) und Vorteile des Dampfens und Langzeitstudien.

Zum Thema HNB Produkte (Heat Not Burn) gibt es in der Tat wenig wissenschaftliche Erkenntnis. Die Aussagen von Philip Morris wurden jedoch vom BfR im wesentlichen bestätigt.

BAT und andere Tabakunternehmen haben sich e-Dampfen von Herstellern der Dampfen gekauft oder haben große Hersteller aufgekauft bzw. sich eingekauft wie bei "von Erl" in AT

BAT hat auch eigene Produkte im Sortiment welche aber nur in UK erfolgreich sind und bei uns ein Schattendasein führen.

Die Dampfergemeinde ist sich bewusst, das die Tabakfirmen nur ihren eigenen Erfolg verfolgen. Werden aber im Sinne der Schadensminimierung ebenso toleriert.

Den Tabakmultis ist schnell klar geworden, das das Geschäft mit Zigaretten nicht mehr lange Erfolgreich sein wird.

Die Links und Quellen welche Herr Kolenda angibt werden durchweg eines Artikels mit diesem Anspruch nicht gerecht.

Tatsächliche Quellen welche seriös sind wären.

- Prof. Heino Stöver Sozialwissenschaftler und Suchtforscher DE
- Prof. Dr. Bernd Mayer Toxikologe Uni Graz AT
- Prof. Dr. Farsalinos GR
- Public Health GB
- Royal College of Physicians GB

- Uvwm.

Eine recht ordentliche Journalistische Zusammenfassung finden sie hier:

- vapers.guru - [Studie widerlegt Gateway](#)
- vapers.guru - [Offizielle richtungweisende Studie](#)

Ich könnte die Liste vermutlich noch deutlich länger machen.

Mir ist bewusst, das sie nicht in jedem Thema auf dem aktuellsten Stand sein können.

Doch sollten besonders Artikel und Veröffentlichungen von Mitgliedern einer NGO etwas genauer geprüft werden.

Zu meiner Person kann ich ihnen sagen, das ich seit Nov 2015 mit der E-Dampfe das Rauchen bleiben lassen konnte. Noch als Raucher wurde ich Dauerpatient des Lungenfacharztes wegen COPD und heute fast drei Jahre später bin ich immer noch bei 91-93% der Kapazität. Ich konnte noch früh genug vom Rauchen Abstand nehmen bevor es wirklich schlimm wurde.

Besonders wegen COPD sollte den Rauchern die Alternative E-Dampfe ans Herz gelegt werden. Denn ich weiß aus eigener Erfahrung wie es ist, das Rauchen bleiben lassen zu wollen aber nicht zu können.

Wenn dann solche Mediziner sich in Konjunktiven verlieren, werde ich ärgerlich. Denn eigentlich ist den Rauchern geholfen, wenn man den Standpunkt der "Harm Reduction" sprich Risikominimierung einnimmt. Leider werden die Raucher aber durch aktuelle Medien, solchen Artikeln wie hier verunsichert und trauen sich nicht die Alternative welche 98% weniger schädlich ist zu testen.

Wie auch PHE in ihrem upDate Report bedauernd festgestellt haben. Aber sie arbeiten seit längerem sehr Erfolgreich dagegen und streben an jedes Jahr 60000 Raucher zur e-Dampfe zu bringen.

Dafür haben sie extra ihr stopTober Projekt eingeführt mit großem Erfolg.

Wenn die e-Dampfe so gefährlich ist und doch vielleicht gesundheitsschädlich sein könnte muss man doch erstaunt feststellen, das bei den vielen Millionen Dampfern welche seit vielen Jahren dampfen noch keine Erkrankung aufgetreten ist, welche nachweislich auf das Dampfen zurück zu führen wäre. Prof. Dr. B. Mayer spricht von über 100 Millionen Dampferjahren weltweit.

Ich vermeide das Wort E-Zigarette, weil dies leider etwas irreführend ist, denn mit Zigaretten hatte eine Dampfe wirklich nichts gemeinsam.

Ich habe mit großem Engagement die Entwicklung und auch die Diskussionen um die TPD2 aktiv mitverfolgt.

Ebenso kommen natürlich Veröffentlichungen wie ihr Beitrag ins Visier.

Es ist mir ein Anliegen, solch wichtigen Infoportalen wie den NDS Material zur Aufklärung zu kommen zu lassen.

Ebenso bitte ich mir nach zu sehen, das ich nicht alle relevanten Links aufgeführt habe, denn es würde viele Wochen dauern alle auch nur annähernd zu überfliegen.

Mit besten Grüßen verbleibe ich  
Th. Klüber alias TKK-Dampfer

---

#### **4. Leserbrief**

Ein großartiger Beitrag, der die Probleme des Tabakkonsums umfassend wiedergibt. Was ist das nur für eine menschliche Gesellschaft, die zusieht, wie der großen Masse der Raucher unter den 35 - 69jährigen Menschen durch die Rankünen der Tabakindustrie und die Untätigkeit der verkommenen Politik 22 Jahre ihrer Lebenserwartung raubt! Nicht viel anders sieht es aus in der Versorgung mit Lebensmitteln.

Regelmäßig greifen die Schäden durch Tabakgenuss parallel mit Schäden durch schädliche Nahrungsmittel und falsche Essweise zu. Auch dort Ist es der verkommenen Industrie wichtig, schon ganz früh die Kinder auf den gefährlichen Geschmack zu bringen! Das Ganze hat System bzw. Einen entscheidenden Grund, nämlich die verfassungsgemäße Übertragung aller politischen Macht auf die von den Bürgern zu wählende regelmäßig der Korruption zugeneigte Politikerkaste. Wenn die Mehrheit des Volkes selbst über



Grundfragen wie die Abschaffung des Rauchens und des Nikotinverbots abstimmen dürfte, wäre ein Ende dieses Spuks sehr sicher. Die Völker sind niemals so korrupt wie die abgehobenen Berufspolitiker.

Mit freundlichen Grüßen  
Rolf Ehlers

---

### **Anmerkungen Dr. Klaus-Dieter Kolenda zu den Leserbriefen:**

- a. Es wird gesagt, die Tabakindustrie sei im übrigen auch gar nicht der „Erfinder“ der E-Zigarette, sie steige jetzt nur ein. Das ist richtig. Der Tabakkonzern “Imperial Tobacco”, der Mutterkonzern auch von Reemtsma, hat 2013 die Fa. des chinesischen E-Zigarettenersfinders aufgekauft und ist der einzige der vier marktbeherrschenden Tabakmultis, der ausschließlich auf die E- Zigarette setzt. Seit einigen Jahren tobt zwischen diesem Konzern und z. B. Philip Morris ein Kampf um die Patentrechte. Das ist möglicherweise ein weiterer Grund, warum Philip Morris jetzt auf die IQOS-Technologie umgestiegen ist.
- b. Wenn der Briefeschreiber den Ausstieg aus dem Tabakrauchen mit der E-Zigarette geschafft hat, dann ist das natürlich zu begrüßen. Ich habe nicht behauptet, dass das nicht möglich ist, sondern dass keine ausreichenden wissenschaftlichen Beweise für den Nutzen der E-Zigarette bei der Tabakentwöhnung vorliegen (siehe auch eine aktuelle Veröffentlichung dazu: Kastaun S, et al. Wie effektiv ist die elektrische (E-) Zigarette bei der Tabakentwöhnung. intern prax 2018; 59, 503-513).
- c. Zu den Ausführungen des Briefeschreibers zur mögliche Gesundheitsgefährdung durch Formaldehyd ist zu sagen, dass es bei dieser Einschätzung um die Langzeitwirkung auch geringer Dosen von Formaldehyd im Zusammenwirken mit anderen Toxinen geht. Darüber gibt es aber keine Erkenntnisse, da es keine Langzeituntersuchungen dazu gibt. Eine mögliche Gesundheitsgefährdung eines derartigen toxischen Wirkungscocktails lässt sich aber nicht vom Tisch wischen.