

Information zu Nikotinbeuteln



**Sucht- und Drogen
Koordination Wien**
Institut für Suchtprävention



Für die
Stadt Wien



Lyft, Skruf, on! oder ZYN, das sind einige der Namen, unter denen die neueste Innovation auf dem Tabak- und Nikotinmarkt vertrieben wird. Die Rede ist von Nikotinbeuteln, auch Nicotine Pouches genannt. Die Produktnamen klingen modern und leicht. Auch das Produktdesign mit weißer Verpackung und pastellfarbenen Akzenten oder knallbunt versprechen Leichtigkeit, Frische, Reinheit und Jugendlichkeit. Das Verkaufsversprechen ist klar: diskreter Konsum, unabhängig von Rauchverböten, wo immer man möchte, und das Ganze „100% tabakfrei“ und in kleinen unauffälligen Beutelchen mit einem „Bruchteil der Giftstoffe von Tabakwaren“. Doch was ist dran an den neuen Produkten? Handelt es sich tatsächlich um unbedenkliche Genussmittel oder doch eher um den Wolf im Schafspelz?

– Was genau sind Nikotinbeutel überhaupt?

Nikotinbeutel sind kleine weiße Täschen, die oft in einer Plastik- oder Metalldose vertrieben werden. Im Gegensatz zu herkömmlichen Zigaretten (oder E-Zigaretten) erfolgt der **Nikotinkonsum nicht über die Lunge** (durch Aerosole, die beim Erhitzen, Verbrennen und Verdampfen von Tabak entstehen), sondern über die **Mundschleimhaut, also oral**. Hierfür werden die Päckchen für eine gewisse Zeit (etwa 20 bis 60 Minuten) zwischen Unter- oder Oberlippe und Zahnfleisch geklemmt.



Zusammensetzung der Nikotinbeutel

– Was ist das Besondere an Nikotinbeuteln?

Nikotinbeutel enthalten kein pflanzliches, sondern **synthetisches Nikotin**. Das derzeit geltende **österreichische Tabak- und Nichtraucherinnen- bzw. Nichtraucherschutzgesetz (TNRSG)** reguliert jedoch lediglich aus der Tabakpflanze gewonnene Nikotinprodukte. Aus diesem Grund gelten viele der bereits bestehenden gesetzlichen Vorgaben nicht für Nikotinbeutel.

Dies ist besonders entscheidend hinsichtlich der **Qualitätssicherung** und vor allem im Hinblick auf den **Jugendschutz** und das **fehlende Werbeverbot** für Nikotinbeutel.

– Fehlendes Werbeverbot

Während Tabakprodukte einem generellen Werbeverbot gemäß dem TNRS (§11) unterliegen, ist dies bei Nikotinbeuteln derzeit nicht der Fall. Große Werbekampagnen mit kostenlosen Testproben und **professionelle Social-Media-Kampagnen** (z.B. digitale Markenauftritte und Influencer-Kampagnen) sind nicht selten. Meistens richten sich die Kampagnen dabei besonders an ein sehr junges Publikum.

Hier werden Nikotinbeutel als diskretes, geruchloses, weniger schädliches und modernes Lifestyle-Produkt beworben, das (suggeriert durch eine Nähe zu Extremsportarten) leistungssteigernd und aufputschend wirken soll.

– Gesetzliche Lage

Die Jugendschutzgesetze in Österreich sind föderal geregelt, die Rahmenbedingungen unterscheiden sich also je nach Bundesland.

Wiener Jugendschutzgesetz

Für Wien gilt ein Verbot unter 18 Jahren! Es ist der Verkauf jeder Art von suchterregenden oder stimulierenden Stoffen an Jugendliche unter 18 Jahren verboten (§ 11 Abs. 2 Z 2 WrJSchG). Ebenso dürfen Jugendliche betroffene Substanzen nicht erwerben, besitzen oder zu sich nehmen (§ 11 Abs. 1 Z 3 WrJSchG).

Aus Sicht der Suchtprävention ist es wichtig, dass Nikotinbeutel endlich in das österreichische TNRS ausgenommen werden, um so ein Werbeverbot etc. zu garantieren.

Für Schulen und Jugendeinrichtungen empfehlen wir den Konsum von Nikotinbeutel in der Hausordnung zu regeln!

– Wie weit verbreitet ist der Konsum von Nikotinbeuteln?

Der Konsum von Nikotinbeuteln wird erst seit Kurzem in nationalen Befragungen mit erhoben. Bisher scheinen hier Nikotinbeutel nur eine untergeordnete (aber wachsende) Rolle zu spielen. Nur 1,7% der Österreicher*innen geben an, sie im letzten Monat konsumiert zu haben, wobei lediglich 0,7% täglichen Konsum angeben.

Jugendliche und junge Erwachsene konsumieren Nikotinbeutel jedoch häufiger als der Durchschnitt. **5% der 15- bis 34-Jährigen** geben gelegentlichen oder **täglichen Konsum** an. Dies lässt sich zum Teil durch höhere Experimentierfreude in dieser Altersgruppe erklären. Gleichzeitig ist aber auch eine gezielte Vermarktung an Jugendliche festzustellen. Allerdings ist das erste konsumierte Tabakprodukt nur bei 2% der 15- bis 34-Jährigen ein rauchfreies. Ein Einstieg über rauchfreie Produkte wie Nikotinbeutel scheint bisher also selten zu sein.

– Abhängigkeitspotential?

Achtung!

Nikotin – ob pflanzlich oder synthetisch – ist stark suchterregend. Das Beste ist, völlig auf den Konsum zu verzichten.

Nikotin wirkt stimulierend, aufputschend und suchterregend. Das Wirkungsprofil macht es also besonders ansprechend für den Leistungssport. Für Personen mit ausgeprägten Konsum wirkt es zudem entspannend, da es die Unruhe aufgrund der Entzugserscheinungen lindert.

Essentiell für die **Entwicklung einer Abhängigkeitserkrankung** ist jedoch nicht nur, welche Substanz konsumiert wird, sondern auch, in welcher Dosierung, Häufigkeit und auf welche Art dies geschieht.

Dosierung

Nikotinbeutel enthalten **zwischen 3 und 20 mg Nikotin pro Portion** und damit oft mehr Nikotin als Zigaretten. Beide Produkte erreichen durch unterschiedliche Aufnahmegeschwindigkeiten aber vergleichbare Blutkonzentrationen.

Konsumform und -häufigkeit

Konsumform und -häufigkeit sind für das Abhängigkeitspotential entscheidend.

Zigaretten erreichen über die Lunge schneller höhere Spitzen in der Blutkonzentration mit anschließend rapidem Abfall. Belohnende Effekte treten so zeitnah ein und eine Verbindung zwischen positiven Gefühlen und Substanz wird schneller erlernt. Der schnelle Abfall führt zu häufigerem Konsum, um die Konzentration hoch zu halten.

Nikotinbeutel führen zu **langsameren und stetigen Anstiegen**. Dadurch wird womöglich das psychische Abhängigkeitspotential etwas verringert sowie die Konsumhäufigkeit niedriger gehalten. Genaue Studien zum unterschiedlichen Abhängigkeitspotential fehlen allerdings noch.

Zusatzstoffe und Blutaufnahme

Die Nikotinversorgung durch Nikotinbeutel wird noch weiter optimiert. Hersteller erhöhen durch die Zugabe verschiedener Zusatzstoffe den pH-Wert der Produkte. Je basischer der pH-Wert, desto höher der Anteil an bioverfügbarem, „freiem“ Nikotin und desto besser die Aufnahme in den Blutkreislauf.

– Akute Effekte von Nikotinbeuteln

Nikotin wirkt akut stimulierend, aufputschend und aufmerksamkeitssteigernd. Es kann aber auch akute unangenehme Symptome bis hin zu **Vergiftungserscheinungen** erzeugen. Typisch sind **Übelkeit, Kopfschmerz, Schwindel und Erbrechen**. Diese sind abhängig von der Dosis, der Konsumart, der körperlichen Entwicklungsphase und dem Gewöhnungsgrad.

Besonders bei Jugendlichen ohne Konsumerfahrung ist die Wahrscheinlichkeit für Vergiftungserscheinungen also höher.

– Krankheitsrisiko

Nikotinbeutel sind keine unbedenkliche Option.

Viele schädliche Bestandteile, die bei der Erhitzung von Tabak entstehen, und weitere gesundheitsschädigende Inhaltsstoffe der Tabakpflanze fallen bei Nikotinbeuteln weg. Hierdurch reduziert sich das Risiko für Herzerkrankungen, Krebserkrankungen und eine Beeinträchtigung der Lunge zwar, dennoch zeigen einige Tierstudien und wenige Studien am Menschen negative Effekte durch den Konsum von Nikotin. Hier konnten Mechanismen nachgewiesen werden, durch die **krebsfördernde, lungen- und herzfunktionseinschränkende** und die Immunantwort hemmende Wirkungen vorstellbar sind.

– Komplikationen in der Schwangerschaft

Nikotin besitzt durch seine vielseitige Wirkung im Körper und Gehirn einen großen Einfluss auf die Entwicklung des menschlichen Körpers. Vor allem schwangere Frauen sollten daher auch auf Nikotinbeutel verzichten. Hier kann es zu **schweren Folgen für das Ungeborene** kommen. Beispiele sind ein geringeres Geburtsgewicht und eine erhöhte Wahrscheinlichkeit für Tot- und Frühgeburten oder den plötzlichen Kindstod. Auch scheint sich das Risiko für das Baby zu erhöhen, später Verhaltensprobleme wie ADHS oder Lernschwierigkeiten zu entwickeln und an Übergewicht oder Fettleibigkeit zu erkranken.

– Störung sensibler Entwicklungsphasen

Auch für Kinder und Jugendliche, deren kognitive, emotionale und neuronale Entwicklung noch nicht abgeschlossen ist, besteht das Risiko, durch den Konsum sensible Entwicklungsphasen zu stören. Studien zeigen, dass durch Nikotinkonsum während der Entwicklung **Aufmerksamkeits- und Gedächtnisprozesse beeinträchtigt** werden können.

– Verwandte rauchfreie Produkte auf Tabakbasis

Nikotinbeutel sind ohne Tabak. Es gibt auch verwandte rauchfreie Produkte auf Tabakbasis:

Snus (ausgesprochen „Snühs“)

Besondere, unfermentierte Form des Lutschtabaks aus Skandinavien. Zum Teil lose oder häufiger in Beuteln portioniert erhältlich. Beinhaltet hingegen feingemahlene Tabak, Aromen, Salze, Wasser, Feuchthaltemittel und Puffer. Die Portionsbeutel werden hinter die Oberlippe geklemmt und geben so ihr Nikotin langsam an die Mundschleimhaut ab. Europaweit ist der Verkauf von Snus durch die Tabakprodukttrichtlinie 2014/40/EU verboten, nur Schweden hat 1994 eine Ausnahmeregelung erwirkt. Zum Teil auch „Oral Snuff“ genannt.¹



Kautabak

Kautabak besteht aus groben Tabakblättern, Aroma-, Farb-, Konservierungsstoffe, Mittel zur Fermentation, Salze und Soda. Die Nikotinaufnahme erfolgt ebenso über die Mundschleimhaut, der lose, zu Riegeln gepresste oder vorportionierte Tabak wird dafür jedoch angekaut und anschließend in die Wange oder Oberlippe gelegt. Das Inverkehrbringen ist durch §2 Tabak- und Nichtraucherinnen- bzw. Nichtraucherschutzgesetz (TNRSG) in Österreich verboten.



Schnupftabak

Äußerst feingemahlener Tabak, der mit Aromastoffen (typischerweise Menthol, Pfefferminzöl oder Kräuter), Parafin- und Salzlösungen behandelt wird. Der Konsum erfolgt nasal durch „schnupfen“ bzw. sniffen von kleinen Mengen die über einen kurzen Zeitraum im Nasenraum behalten werden.



¹ Snuff kann verwirren. Meint es doch Schnupftabak in Europa und Lutschtabak in den USA.