Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Heino Stöver (Hrsg.)

Tabakkontrolle und Tobacco Harm Reduction

Fachhochschulverlag
DER VERLAG FÜR ANGEWANDTE WISSENSCHAFTEN

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen National-bibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet: www.skvshop.de | www.fhverlag.de

1. Auflage 2024
ISBN 978-3-8248-1344-5
e-ISBN 978-3-8248-9890-9
Alle Rechte vorbehalten
Fachhochschulverlag. Der Verlag für angewandte Wissenschaften. Ein Imprint der
© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, 2024
Mollweg 2, D-65510 Idstein
Vertretungsberechtigte Geschäftsführer: Dr. Ullrich Schulz-Kirchner, Martina Schulz-Kirchner
Druck: TZ-Verlag und Print GmbH, Bruchwiesenweg 19, 64380 Roßdorf
Printed in Germany

Die Informationen in diesem Buch sind von den Verfasser:innen und dem Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Verfasser:innen bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes (§ 53 UrhG) ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar (§§ 106 ff. UrhG). Das gilt insbesondere für die Verbreitung, Vervielfältigungen, Übersetzungen, Verwendung von Abbildungen und Tabellen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung oder Verarbeitung in elektronischen Systemen. Die Schulz-Kirchner Verlag GmbH behält sich eine Nutzung ihrer Inhalte für Text- und Data-Mining i. S. v. § 44b UrhG ausdrücklich vor.
Eine Nutzung über den privaten Gebrauch hinaus ist grundsätzlich kostenpflichtig. Anfrage über: info@schulz-kirchner.de

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Inhalt

Grußwort
zur 6. Fachkonferenz „Tobacco Harm Reduction –
Innovative Rauchentwöhnungsstrategien“ am 18.10.2023 an der
Frankfurt University of Applied Sciences, Institut für Suchtforschung 7
Artur Schroers, Leiter des Drogenreferats der Stadt Frankfurt am Main

Tabakkontrolle und Tobacco Harm Reduction 9
Heino Stöver

EINFÜHRUNG

GESELLSCHAFTLICHE DEBATTE

Tobacco Harm Reduction – Ein Ausweg aus der Entscheidung „Quit or Die“ 13
Larissa Steimle, Heino Stöver

Die Einweg-E-Zigarette in Großbritannien: Ein Drama. 19
Dietmar Jazbinsek

Ärzte hassen diesen Trick –
Wie ich durch das „Dampfen“ nach 20 Jahren von der Zigarette loskam –
und trotzdem manchmal kritisch beäugt werde 35
Julian Aé

FORSCHUNG

Gesundheitliche Folgen des Co-Konsums von Tabak und Cannabis
und notwendige Maßnahmen zur Reduzierung der Risiken 42
Christina Rummel

Unterschiedliche Auswirkungen von Verbrennungsrauch und Nikotin auf
die Gefäßwand – Relevanz für die Einschätzung des kardiovaskulären Risikos 57
Knut Kröger, Martin Storck

Shisha-M – Motive und Hintergründe für den Konsum von Shishas 65
Bernd Werse, Larissa Hornig, Gerrit Kamphausen, Tanja Krumbholz, Heino Stöver

Rauchen und Soziale Arbeit – Bestandsaufnahme und Schlussfolgerungen 175
Larissa Steimle, Heino Stöver

Innovative Technologien für die Rauchentwöhnung 185
Josef Yayan

Tobacco Harm Reduction mit drogengebrauchenden Menschen.
Ein Praxisbericht aus zwei Einrichtungen der vista gGmbH (Berlin) 202
Stefan Wiedemann, Alina Bialetzki, Hendrik Iding

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

MEDIZINISCHE PRAXIS

Nichtraucherschutz und Rauchentwöhnung am Arbeitsplatz 229
Natascha Behrens, Axel Telzerow

INTERNATIONALE PERSPEKTIVE

Kontrolle des Tabakkonsums im Vereinigten Königreich 234
Leonie Brose

Pushing the limits in tobacco control: How much further can we go? 243
Karl Erik Lund, Gunnar Sæbø

Report: "No smoke, Less Harm" –
How non-combustible nicotine alternatives can accelerate tobacco control and harm reduction, to save millions of adult smokers' lives 263
Konstantinos Farsalinos, Karl-Olov Fagerström, Anders Milton, Delon Human, Mihaela Răescu, Abbas Raza, Gintautas-Yuozas Kentra, Kgosi Letlape, Solomon Tshimong Rataemane, Diego Verrastro, Heino Stöver, Anoop Misra, Hiroya Kumamaru

Which is the Role of Electronic Cigarettes in the Fight Against Smoking? 317
Fabio Beatrice

The Role and Expectations from the Healthcare System in Smoking Cessation 321
Ognjen Brborović, Iva Petričušić

Tobacco Harm Reduction and Tobacco Free Ireland 334
Florian Scheibein

Lives Saved REPORT – Integrating harm reduction into tobacco control.
How many lives could be saved by accelerating tobacco control policies in Kazakhstan, Pakistan, South Africa, and Bangladesh? 341
Derek Yach, Delon Human, S. Abbas Raza, Gintautas-Yuozas Kentra, Altamash Mahmood, Kgosi Letlape, Solomon Tshimong Rataemane, Riccardo Polosa, Mihaela Răescu, Anders Milton, Karl-Olov Fagerström, Diego Verrastro, Heino Stöver, Anoop Misra, Hiroya Kumamaru

Autor*innen 370

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Grußwort zur 6. Fachkonferenz „Tobacco Harm Reduction – Innovative Rauchentwöhnungsstrategien“ am 18.10.2023 an der Frankfurt University of Applied Sciences, Institut für Suchtforschung

Artur Schroers,
Leiter des Drogenreferats der Stadt Frankfurt am Main

Sehr geehrte Damen und Herren,
lieber Heino Stöver,

herzlichen Dank für die Einladung – und die Gelegenheit, ein Grußwort zu sprechen. Das Thema Rauchen, „Harm Reduction“, Rauchentwöhnung ist für alle, die im Bereich der Drogen- und Suchthilfe arbeiten, unablässig aktuell. Die jährliche Fachkonferenz zu diesem Thema hier im Institut für Suchtforschung ist deshalb eine wichtige Plattform, um das Problembewusstsein wach zu halten. Vor allem aber: um neue Wege zu diskutieren, die uns weiterbringen, und um angemessen auf aktuelle Entwicklungen reagieren zu können.

Was da so alltäglich, gesellig, genussvoll oder cool daherkommt, ist bis heute das größte vermeidbare Gesundheitsrisiko. Jährlich sterben in Deutschland rund 127.000 Menschen an den Folgen des Rauchens. Das macht mehr als 13 % aller Todesfälle in Deutschland aus.

Auch wenn man die volkswirtschaftlichen Kosten anschaut, die auf das Rauchen zurückgehen, kann einem der Atem stocken. Laut der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen belaufen die sich jährlich auf mehr als 97 Milliarden Euro. Das sind Kosten für Behandlungen von tabakbedingten Krankheiten, für Arzneimittel und Produktivitätsausfälle im Arbeitsbereich. Die gut 14,7 Milliarden Euro Tabaksteuer, die 2021 in die deutsche Staatskasse geflossen sind, machen nur einen geringen Teil dieser Kosten wett.

Raucherinnen und Raucher wissen größtenteils, dass Rauchen ungesund ist, die Gesellschaft und die Umwelt belastet. Wissen von erhöhtem Krebsrisiko, von Herzkreislauf- oder Atemwegserkrankungen. Beim Thema Rauchstopp wird von einigen dann aber doch lieber mit einem Schmunzeln auf Altkanzler Helmut Schmidt verwiesen, der als Kettenraucher doch stattliche 97 Jahre alt geworden ist. Laut der DEBRA-Befragung vom Juli dieses Jahres haben in den vergangenen zwölf Monaten gerade mal 8,1 % der aktuellen Raucherinnen und Raucher wenigstens einmal ernsthaft versucht, mit dem Rauchen aufzuhören. Nur selten nutzen sie dafür evidenzbasierte Methoden wie Nikotinersatz-Präparate, medikamentöse Therapie oder Verhaltenstherapie.

Als ab 2007 in Deutschland allmählich E-Zigaretten und Verdampfer aufkamen, die mit und ohne Nikotin genutzt werden können, gab es berechtigte Hoffnung, dass damit eine neue, niedrigschwellige Methode zur Rauchentwöhnung gefunden ist. Verdampfer können zur Harm Reduction beitragen, weil damit weniger Schadstoffe in die Lunge gelangen, als dies bei Tabakerhitzern oder konventionellen Zigaretten der Fall ist.

Bei einem schrittweisen Rauchstopp könnten E-Produkte ein Hilfsmittel sein – von der Zigarette zur E-Zigarette bis hin zur völligen Abstinenz. Ein Stück weit hat das sogar funktioniert. Die Raucherquote ist in den vergangenen beiden Jahrzehnten deutlich gesunken. Laut Epidemiologischem Suchtsurvey 2021 lag die 30-Tage-Prävalenz bei etwa 23 % der Erwachsenen. Im Jahr 2000 waren es noch rund 35 %, die in den vergangenen 30 Tagen geraucht haben.

In Frankfurt sehen wir die rückläufige Entwicklung vor allem bei Jugendlichen deutlich: Haben 2002 noch 36 % der 15- bis 18-Jährigen täglich Zigaretten geraucht, sind es 2022 nur noch 11 %. Das Einstiegsalter liegt aktuell bei 14,6 Jahren – so hoch wie nie zuvor.

Werbeverbote, das Verkaufsverbot von Tabak an unter 18-Jährige – all das zeigte Wirkung. Das Image der herkömmlichen Zigarette ist bei Jugendlichen spürbar schlechter geworden. Dafür steigt seit 2014 der regelmäßige Gebrauch von E-Produkten an.

Die Tabakindustrie ist findig. Die Werbung für IQOS, Glo und andere Hersteller elektronischer Dampferzeugnisse richtet sich gezielt an junge Menschen, suggeriert hip zu sein und gesundheitsbewusst zugleich.

Sehr gezielt werden „Disposables", also bunte Einwegprodukte, an Jugendliche gebracht. Die Disposables stellen aus vielerlei Gründen ein wirklich ernsthaftes Problem dar. Sie werden offensiv über soziale Medien wie Tiktok, Instagram, Youtube oder Facebook beworben und sind bei Jugendlichen sehr populär. Man muss nichts nachfüllen, man kann per Knopfdruck ziehen und das Gerät auch schnell wieder in die Tasche stecken. Wenn Tank oder Akku nach 500 bis 800 Zügen leer sind, wirft man es einfach weg.

Die Einwegprodukte kommen hauptsächlich aus Asien. Nicht alle entsprechen den deutschen Bestimmungen. Sie werden online verkauft, wo der Jugendschutz leicht umgangen werden kann – aber auch an Tankstellen, am Kiosk oder in Shisha-Bars. Anders als in Fachgeschäften gibt es an vielen dieser Verkaufsstellen Probleme mit der Einhaltung des Jugendschutzes, oft weil das Personal zu wenig Bescheid weiß.

Der Bundesrat hat die Bundesregierung bereits dazu aufgerufen, sich auch europaweit für ein Verbot von Disposables einzusetzen. Dies wäre ein wichtiger Schritt, der schnellstmöglich erfolgen sollte. Auch in Bezug auf den Umweltschutz.

Nikotin-Abhängigkeit und innovative Wege zur Rauchentwöhnung zu finden bleibt in jedem Fall eine große Aufgabe. Die heutige Veranstaltung gibt dafür sicherlich wichtige Impulse. Ich wünsche Ihnen einen konstruktiven, erkenntnisreichen Tag.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Tabakkontrolle und Tobacco Harm Reduction

Heino Stöver

Unter dem Titel „Tabakkontrolle und Tobacco Harm Reduction" haben namhafte Autor*innen dieses Bandes die entschiedene Notwendigkeit einer Neuordnung der Drogenpolitik in Bezug auf Tabakkonsum zusammengefasst: es ist ein Plädoyer für ein Zusammengehen einer abstinenz- und einer akzeptanz orientierten Strategie! Diese duale Tabakstrategie des „Das eine zu tun und das andere nicht zu lassen" würde es uns erlauben, wie in vielen anderen Bereichen der Drogenpolitik, einen glaubwürdigen, weil realistischen Diskussionsrahmen herzustellen und insbesondere Kontakt zu den Menschen herzustellen, die ihr Konsumverhalten im Moment zwar ändern wollen, aber nicht von jetzt auf gleich abstinent sein können. Diese Menschen zu erreichen und ihnen ein funktionierendes Angebot zu machen, ist wiederum die Grundlage für die Aussendung und die Annahme von schadensminimierenden Botschaften, und dies am Ende der mögliche Einstieg in den Ausstieg.

Schlüsselstrategie wartet auf ihre Umsetzung

„Harm Reduction" ist die interprofessionelle Schlüsselstrategie bei vielen chronischen Erkrankungen, nämlich Unterstützung, Linderung und Hilfe, statt unmittelbar Heilung zu fördern (und zu fordern; vgl. Steimle, Grabski & Stöver, 2024). Die Maßnahmen können dabei unterschiedlich aussehen (bspw. Substitution, Konsumräume, Drugchecking), das Ziel bleibt aber stets dasselbe, nämlich die Risiken des Konsums zu minimieren. Wie oben erwähnt, wird „Harm Reduction" in vielen Konsumbereichen bereits erfolgreich angewendet. Nur beim Tabakkonsum bleiben wir bisher deutlich hinter unseren Möglichkeiten.

Folglich geht es zunächst darum zu klären: wollen wir zwei Schritte auf einmal gehen, also eine tabak- *und* nikotinfreie Gesellschaft anvisieren, oder gehen wir Schritt für Schritt vor und bieten Menschen, neben dem Direktausstieg, eine Möglichkeit, auf die Verbrennungszigarette zu verzichten – zunächst den Nikotinkonsum beizubehalten – um dann weitere Schritte zu gehen?

Diese Differenzierung der Zieldefinition (Stöver, 2021a) unserer Tabakpolitik ist dringend geboten, um den weiteren Weg in ein „tabakfreies Deutschland 2040"[1]

[1] Ziel: 2040 konsumieren weniger als 5 % der Erwachsenen und weniger als 2 % der Jugendlichen in Deutschland Tabakprodukte, E-Zigaretten oder andere verwandte Erzeugnisse, insbesondere, wenn diese das suchterzeugende Nikotin enthalten.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

(Deutsches Krebsforschungszentrum [DKFZ], 2021) zu gehen. Gegenwärtig (Stand März 2024) weist Deutschland eine Tabakkonsumprävalenz von 30,7 % in der erwachsenen Bevölkerung auf (DEBRA, 2024) – der Weg, in den nächsten 16 Jahren den Konsum auf 5 % zu reduzieren, erscheint unwahrscheinlich (vgl. Jazbinsek, 2023), v. a. mit einer Strategie des „Immer-mehr-Desselben", denn es besteht keine gesonderte Mittelzuweisung oder gar eine innovative Strategie in der Praxis der Rauchentwöhnungsprogramme!

Ebenso wie in anderen Bereichen der Drogenpolitik, in denen es viele Jahre gedauert hat, bis sich ein akzeptierender, schadensminimierender Ansatz durchgesetzt hat, bestehen viele Bedenken und Blockaden gegenüber einer solchen schadensmindernden Politik im Bereich Tabak. Der Hintergrund ist: Abstinenz ist ein hehres, ‚reines' Ziel, das sozialpsychologisch von großer Bedeutung ist, denn es meint ‚Reinigung', ‚Übel an der Wurzel'-Packen etc. Solche Bilder sind von vielen Raucher*innen, Partner*innen und Familien internalisiert. Sie erwarten diese Abstinenzfixierung von sich und ihren rauchenden Partner*innen, weil sie annehmen, dass es sich nur die sofortige Abstinenz gesundheitlich, sozial und finanziell auszahlt.

Allerdings ignoriert diese Alltagssicht auf „Abhängigkeit", die Hartnäckigkeit und die Dynamik der Tabakabhängigkeit einerseits und die Erkenntnisse und Erfahrungen moderner Suchttherapie: ebenso wie der Einstieg in den Tabakkonsum ist auch der Ausstieg ein langer und wechselhafter Prozess mit mehreren Rückfällen (ca. 5 im Durchschnitt, s. RauS-Studie, Werse et al., 2023). Ein Scheitern an dem hehren Ziel scheint vorprogrammiert. Dieses kann zu fatalistischen und demotivierenden Erlebnissen führen, die für viele Raucher*innen die Intervalle zum nächsten Rauchausstiegsversuch verlängern, womit sich das Gesundheitsproblem chronifiziert: „Ich schaff es nicht", „Ich bin ein Suchttyp", „Das Nikotin hat mich fest im Griff" etc. Die RauS-Studie hat sehr gut herausgearbeitet, dass die große Mehrheit der Raucher*innen, mangels passender Aufklärung, ohne evidenzbasierten Methoden und die Nutzung risikoreduzierter Alternativen wie E-Zigaretten oder Nikotinpouches versuchen, das Rauchen aufzugeben. Die Folge sind unnötig hohe Misserfolgsraten, die das Gesundheitsproblem wieder verschärfen.

Jenseits der „Alles-oder-nichts"-Strategie (siehe Steimle/Stöver in diesem Band), müssen also Zwischenlösungen, kurzzeitig erreichbare, realistische und pragmatische Ziele entwickelt werden, die die Selbstwirksamkeit erhöhen und die Basis für weitere Schritte im Kontinuum des Rauch- und Dampfausstiegs bilden. Blickt man auf die (internationale) Forschung zu diesem Thema, wird der hohe Nutzen der alternativen Produkte der Nikotinzufuhr (E-Zigarette, Tabakerhitzer, Nikotinpouches etc.) zur Rauchentwöhnung immer deutlicher (Lindson et al., 2024; Royal College of Physicians, 2024). Eine repräsentative Umfrage aus Deutschland zeigt, dass die Verwendung von E-Zigaretten beim Versuch, mit dem Rauchen aufzuhören, mit einer höheren Abstinenzrate verbunden ist, als dies bei Verwendung von Nikotinersatztherapien (NET) oder ohne Hilfe der Fall

ist (Kotz et al., 2022). Auch in einer kürzlich veröffentlichten randomisierten klinischen Studie zeigten E-Zigaretten eine deutlich bessere Wirksamkeit bei der Tabakentwöhnung als herkömmliche NET und eine mindestens vergleichbare Wirksamkeit zu dem Medikament Vareniclin (Lin et al., 2024).
Um einen langfristig erfolgreichen Rauchstopp zu erreichen, erscheint es daher sinnvoll, in einem ersten Schritt die bisherige Nikotinquelle (in den meisten Fällen die Tabakzigarette) durch eine weniger schädliche Quelle (z. B. E-Zigarette) zu ersetzen, anstatt eine unmittelbare Tabak- und Nikotinabstinenz anzustreben (Stöver, 2021b).

Idealismus kann der öffentlichen Gesundheit schaden

Clive Bates hat den Konflikt zwischen den Apologeten der Abstinenz (‚Idealisten') und denen des Pragmatismus und Schadensminimierung (‚Realisten') in seinem Beitrag folgendermaßen zusammengefasst: „*We should celebrate ‚realists' and beware of ‚idealists'. Idealists do well in the rhetorical world of goal setting, aspirations and optics while realists do better in the real world. The problem is that the idealists obstruct the realists*" (Bates, 2024).
Mit großer Sorge beobachte ich daher die Debatte um Aromenverbote in E-Zigaretten. Ein solches würde praktisch das Aus für diese Form der alternativen Nikotinaufnahme bedeuten. Aromen spielen eine entscheidende Rolle, um Raucher*innen den Wechsel von herkömmlichen Zigaretten zu E-Zigaretten zu erleichtern. Ein Verbot könnte den Fortschritt in der Schadensminderung erheblich beeinträchtigen und dazu führen, dass viele wieder zu den deutlich schädlicheren Verbrennungszigaretten zurückkehren. Es bedarf daher einer ausgewogenen Regulierungsstrategie, die sowohl den Schutz der Jugendlichen als auch die Unterstützung der erwachsenen Raucher*innen in ihrem Bestreben nach weniger schädlichen Alternativen berücksichtigt.
Neu in den letzten Jahren, und aus gesundheits- und umweltpolitischer Sicht kritikwürdig, ist die Zunahme der Einweg-E-Zigaretten (Steimle, Werse & Stöver, 2023) – besonders unter Jugendlichen und Heranwachsenden (s. am Beispiel Großbritannien: Jazbinsek in diesem Band). Einweg-E-Zigaretten bieten eine niedrigschwellige Möglichkeit für Raucher*innen, auf eine weniger schädliche Form der Nikotinaufnahme umzusteigen, die nicht ganz verschwinden darf. Aber ihre Umweltbelastung und die fehlende Umsetzung des Jugendschutzes, stellen erhebliche Missstände dar. Maßnahmen wie gezielte Alterskontrollen und umweltfreundlichere Entsorgungsprogramme könnten hier Abhilfe schaffen.
Und so ist es Ziel dieses Debattenbeitrages, aus unterschiedlichen Perspektiven auf die Möglichkeiten zu blicken, signifikante Senkungen der Raucher*innenquote in Deutschland zu erreichen, ohne uns in einem Abstinenzdogma zu verlieren, welches schon bei so vielen psychoaktiven Substanzen erfolgreich überwunden wurde.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Literatur

Bates, C. (2024). *Realists and Idealists*. Verfügbar unter: www.tobaccoreporter.com/2024/06/01/realists-and-idealists/

DEBRA (2024). *Debra. Startseite*. Verfügbar unter: www.debra-study.info/

Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ) (2021). *Strategie für ein tabakfreies Deutschland 2040*. Verfügbar unter: www.dkfz.de/de/krebspraevention/strategie-tabakfrei-2040.html

Jazbinsek, D. (2023). Schadensvermeidung oder Schadensminderung? In Stöver, H. (Hrsg.), *Die Zigarette liegt in den letzten Zügen* (S. 13–35). Fachhochschulverlag: Frankfurt am Main.

Kotz, D., Jackson, S., Brown, J. & Kastaun, S. (2022). The Effectiveness of E-Cigarettes for Smoking Cessation. A Comparison With Nicotine Replacement Therapy and No Use of Evidence-Based Cessation Aids in the German Population. *Deutsches Ärzteblatt International*, 119, 297–301. doi: 10.3238/arztebl.m2022.0162

Lin, H. X., Liu, Z., Hajek, P., Zhang, W. T., Wu, Y., Zhu, B. C. et al. (2024). Efficacy of Electronic Cigarettes vs Varenicline and Nicotine Chewing Gum as an Aid to Stop Smoking: A Randomized Clinical Trial. *JAMA International Medicine,* 184(3), 291–299. doi: 10.1001/jamainternmed.2023.7846

Lindson, N., Butler, A. R., McRobbie, H., Bullen, C., Hajek, P., Begh, R. et al. (2024). Electronic cigarettes for smoking cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 1, CD010216. doi: 10.1002/14651858.CD010216.pub8

Royal College of Physicians (2024). *E-cigarettes and harm reduction: An evidence review*. Verfügbar unter: www.rcp.ac.uk/policy-and-campaigns/policy-documents/e-cigarettes-and-harm-reduction-an-evidence-review/

Steimle, L., Grabski, M. & Stöver, H. (2024). Tabak Harm Reduction: Die Notwendigkeit eines Paradigmenwechsels in der deutschen Tabakkontrollpolitik. *Bundesgesundheitsblatt*. doi: 10.1007/s00103-024-03900-x

Steimle, L., Werse, B. & Stöver, H. (2023). Einweg-E-Zigaretten (Disposables) – ein Problem für Jugend-, Verbraucher- und Naturschutz. In akzept e.V. (Hrsg.), *10. Alternativer Drogen- und Suchtbericht 2023* (S. 61–67). Lengerich: Pabst Science Publishers.

Stöver, H. (2021a). Tabak Harm Reduction: Die Notwendigkeit eines Paradigmenwechsels in der deutschen Tabakkontrollpolitik. *Bundesgesundheitsblatt*, 11. doi: 10.1007/s00103-021-03435-5

Stöver, H. (2021b). Diversifizierung der Rauchentwöhnungsprogramme – die Rolle der E-Zigarette. *Bundesgesundheitsblatt*, 64, 1473–1479. doi: 10.1007/s00103-021-03435-5

Werse, B., Kuhn, S., Lehmann, K. & Stöver, H. (2023). Mit dem Rauchen aufhören – Methoden, Hilfen, Hindernisse. Ergebnisse der RauS-Studie. In Stöver, H. (Hrsg.), *Die Zigarette liegt in den letzten Zügen* (S. 63–96). Fachhochschulverlag: Frankfurt am Main.

GESELLSCHAFTLICHE DEBATTE

Tobacco Harm Reduction – Ein Ausweg aus der Entscheidung „Quit or Die“

Larissa Steimle, Heino Stöver

Hintergrund

Der zentrale Fokus der aktuellen Tabakkontrollpolitik in Deutschland liegt auf einer Unterstützung von Raucher*innen beim Rauchausstieg (Stöver, 2021a). Ziel der bestehenden Maßnahmen im Umgang mit Raucher*innen ist somit Abstinenz, wodurch gesundheitliche, ökologische und volkswirtschaftliche Schäden für Raucher*innen und Nichtraucher*innen verringert werden sollen. Hierfür stehen in Deutschland sogenannte Rauchentwöhnungsprogramme und Nichtraucher*innenschutzmaßnahmen zur Verfügung (Steimle, Grabski & Stöver, 2024).

Zu den evidenzbasierten Rauchentwöhnungsgrammen werden in Deutschland Kurzberatungen, Verhaltenstherapien, verschreibungspflichtige Medikamente oder Telefonberatung gezählt. Neben diesen Maßnahmen sind eine Vielzahl verschiedener Nikotinersatzpräparate, sogenannte Nikotinersatztherapien (NET), auf dem deutschen Markt erhältlich. Nichtraucher*innenschutzmaßnahmen zielen darauf ab, einen Einstieg in das Rauchen zu verhindern, die Belastungen durch Passivrauchen zu verringern und dadurch insgesamt die Attraktivität des Rauchens zu mindern. Zu diesen Maßnahmen zählen in Deutschland beispielsweise das Verbot von Tabakaußenwerbung und eine Besteuerung von Tabakprodukten (Steimle, Grabski & Stöver, 2024).

Deutschland verfolgt im Umgang mit Raucher*innen damit eine fast ausschließlich abstinenzorientierte Strategie – nach dem Motto „quit or die“. Ein Konzept, welches einen Gegenpol darstellt, ist Harm Reduction.

Harm Reduction

Das Konzept „Harm Reduction“ (dt. Schadensminderung) entstand in den 1980er Jahren vor allem in Bezug auf Angebote für Konsumierende illegaler Substanzen und galt als Gegenpol zu einer abstinenzorientierten Drogenhilfe (Stöver & Hößelbarth, 2024). Harm Reduction wird folgendermaßen definiert:

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

> „Harm Reduction (Schadensminderung) umfasst Methoden, Programme und Praktiken, die darauf abzielen, die individuellen und gesellschaftlichen Schäden des Gebrauchs von psychoaktiven Drogen von Menschen zu reduzieren, die nicht in der Lage oder nicht willens sind, deren Gebrauch einzustellen. Die Hauptmerkmale des Harm Reduction Ansatzes sind auf die Vermeidung gesundheitlichen Schäden der Drogeneinnahme gerichtet – im Gegensatz zu einer Verhinderung des Drogenkonsums an sich – und der Fokus liegt auf Menschen, die weiterhin Drogen nehmen" (International Harm Reduction Association, 2010).

Harm Reduction basiert auf den folgenden fünf Grundannahmen:

1. Drogenkonsum ist und bleibt ein Teil unserer Welt;
2. Abstinenz ist eindeutig ein wirksames Mittel zur Verringerung von Schäden, aber nur eines von vielen möglichen Zielen;
3. Obwohl der Drogenkonsum Schäden verursacht, können viele der schädlichsten Folgen auch ohne vollständige Abstinenz verringert oder beseitigt werden;
4. Dienstleistungen zur Unterstützung von Drogengebraucher*innen müssen relevant und nutzer*innenfreundlich sein, wenn sie bei der Schadensminderung wirksam sein sollen;
5. Der Drogenkonsum muss ganzheitlich und nicht nur als individuelle Handlung verstanden werden (MacMaster 2004).

Damit steht Harm Reduction im Einklang mit einer zieloffenen Suchtarbeit, nach der Adressat*innen an einer Veränderung ihres Substanzgebrauchs auf ein selbst definiertes Ziel hinarbeiten (Körkel, 2020).

Mittlerweile hat sich Harm Reduction als Strategie etabliert und Eingang in verschiedene nationale Drogenstrategien gefunden. In Deutschland besteht die nationale Strategie im Umgang mit Drogengebraucher*innen aus vier Säulen:

1. Prävention
2. Beratung und Behandlung, Hilfen zum Ausstieg
3. Maßnahmen zur Schadensreduzierung
4. Angebotsreduzierung und Strafverfolgung (Der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen, 2024).

Harm Reduction ist damit eine der vier zentralen Säulen im Umgang mit Drogengebraucher*innen. Während das Konzept als Ansatz bei illegalen Substanzen gut etabliert ist, zeigt sich bei legalen Drogen insgesamt, vor allem aber beim Umgang mit Raucher*innen, ein anderes Bild (Stöver, 2021b).

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Harm Reduction beim Konsum von Verbrennungszigaretten

Harm Reduction beim Tabakkonsum konzentriert sich auf die Verringerung der Schäden, die durch das Rauchen von Verbrennungszigaretten verursacht werden, ohne dass unbedingt ein vollständiger Verzicht auf Nikotin erforderlich ist. Mögliche Ziele im Sinne von Harm Reduction in Bezug auf den Konsum von Verbrennungszigaretten kann daher Abstinenz, Konsumreduktion oder aber auch der Umstieg auf alternative, weniger schädliche Produkte sein. Damit werden Raucher*innen nicht länger vor die Wahl gestellt, entweder abstinent zu werden oder die gesundheitlichen Folgen in Kauf zu nehmen (Steimle, Grabski & Stöver, 2024).
Als weniger schädliche Produkte im Vergleich zu Verbrennungszigaretten gelten vor allem E-Zigaretten (aber auch Tabakerhitzer). Die Grundlage hierfür ist, dass Nikotin abhängig macht, jedoch das Verbrennen von Tabak für die maßgeblichen gesundheitlichen Folgeschäden verantwortlich ist. Bei E-Zigaretten – die es grundsätzlich mit und ohne Nikotin zu kaufen gibt – wird eine Flüssigkeit erhitzt und inhaliert/‚gedampft', allerdings kein Tabak verbrannt. Aus diesem Grund ist im Vergleich zu Verbrennungszigaretten von einer weitaus geringeren Schädlichkeit auszugehen (Hartmann-Boyce et al., 2021). Bei Tabakerhitzern ergibt sich der schadensminimierende Effekt aus den niedrigeren Temperaturen, bei denen der enthaltene Tabak erhitzt, aber nicht verbrannt wird (Tattan-Birch et al., 2022). Raucher*innen, „die nicht in der Lage oder nicht willens sind, deren Gebrauch einzustellen“ (International Harm Reduction Association, 2010), können daher vor allem E-Zigaretten, aber auch Tabakerhitzer als schadensminimierende Maßnahme angeboten werden. Darüber hinaus zeigen Studien, dass E-Zigaretten die Raucherentwöhnung unterstützen können und offenbar ebenso wirksam sind wie andere Produkte zur Raucherentwöhnung (Hartmann-Boyce et al., 2021).

Die Vorteile von Harm Reduction

Die aktuelle Fokussierung auf Abstinenz als alleiniges Ziel in der Begleitung von Raucher*innen in Deutschland scheint nur in Maßen zielführend zu sein. Die Prävalenzen in Deutschland sind nach wie vor unverändert hoch und liegen gemäß DEBRA-Daten bei 31,7 % (Kotz, 2024), wodurch Deutschland im internationalen Vergleich weiterhin als Tabak-Hochkonsumland gilt. Kremer (2021) merkt an, dass es in Deutschland eine Kluft zwischen der Angebotslandschaft und dem Bedarf der Betroffenen zu geben scheint. Auch gemäß der „Tobacco Control Scale“, einer Skala von 37 europäischen Ländern zur Quantifizierung der Umsetzung von Maßnahmen zur Eindämmung des Tabakkonsums, belegt Deutschland im europäischen Ländervergleich Platz 34 (Joossens et al., 2021). Andere Länder, die Harm Reduction als Strategie im Tabakbereich

etabliert haben, liegen dagegen deutlich weiter oben auf der Skala. Ein Beispiel ist das Vereinigte Königreich.
Das Vereinigte Königreich zählt zu den Vorreitern im Umgang mit Verbrennungszigaretten und konnte durch seine Maßnahmen einen Rückgang der Rauchprävalenz von 19,8 % im Jahr 2011 auf 13 % im Jahr 2021 verzeichnen mit dem Ziel, die Rauchprävalenz bis 2030 in allen Gruppen auf unter 5 % zu senken (Britton et al., 2020; Office for Health Improvement & Disparities, 2023). Einer der Unterschiede – wenn auch nicht der einzige – zwischen der Tabakkontrollpolitik des Vereinigten Königreichs und Deutschlands ist, dass in Großbritannien die Potenziale der E-Zigarette aktiv genutzt werden und diese zum Teil der Rauchentwöhnungsprogramme gemacht wurden. Der vollständige Umstieg vom Tabakrauchen auf alternative Nikotinprodukte, wie E-Zigaretten, wird vonseiten der Regierung des Vereinigten Königreichs gefördert und empfohlen (Royal College of Physicians, 2024).
Die Daten aus dem Vereinigten Königreich zeigen daher, dass Harm Reduction durchaus eine erfolgreiche Strategie, auch im Umgang mit legalen Drogen, sein kann.

Schlussfolgerungen

Während andere Länder, wie beispielsweise das Vereinigte Königreich, auf Harm Reduction auch im Bereich legaler Substanzen setzen, hält Deutschland weiterhin am alleinigen Abstinenzparadigma fest. Viele Raucher*innen schaffen diesen Schritt allerdings nicht, weshalb andere Zieloptionen eine wertvolle Ergänzung darstellen können, den Schaden, der durch Verbrennungszigaretten entsteht, zu minimieren. Nach allem, was wir bisher wissen, verschlimmern E-Zigaretten die gesundheitliche Situation nicht und werden bereits jetzt, auch ohne fachliche Begleitung und politische Steuerung, vermehrt zur Unterstützung eines Rauchstoppversuchs sowie zur Schadensminderung auch in Deutschland genutzt. Gemäß Kotz, Batra und Kastaun (2020) ist die E-Zigaretten das am häufigsten verwendete Hilfsmittel bei einem Rauchstoppversuch in Deutschland. Dies ist maßgeblich auf die Marketingstrategie der Industrie zurückzuführen, die sich die Erkenntnisse aus der Wissenschaft zunutze macht, indem diese Produkte als gesünder, kostengünstiger und nützlich für die Rauchentwöhnung gelabelt werden (Schürch & Ruggia, 2023). Daher argumentieren Britton et al. (2020), dass eine pauschale Ablehnung der E-Zigaretten in der Politik und Wissenschaft dazu führt, dass Raucher*innen, die bereit wären, auf ein risikoärmeres Produkt umzusteigen, weiterhin rauchen und dadurch vorzeitig sterben. Zweitens führt eine Ablehnung dazu, dass Menschen, die erfolgreich auf das Dampfen umgestiegen sind, wieder zum Rauchen zurückkehren, wenn sie zu der Überzeugung gelangen, dass das Dampfen keinen gesundheitlichen Nutzen hat. Drittens birgt die Ablehnung der aktuellen Evidenz zur geringeren

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Schädlichkeit von E-Zigaretten die Gefahr, dass das Vertrauen der Öffentlichkeit in die Wissenschaft untergraben wird (Britton et al., 2020). Die Verunsicherung über die Schädlichkeit aktuell existierender Nikotinprodukte zeigt sich auch in Studien. In der Europäischen Union glauben demnach lediglich 37 % derjenigen, die E-Zigaretten zu einem Rauchstoppversuch bzw. zur Rauchreduktion genutzt haben an, dass Dampfen weniger schädlich sei als der Tabakkonsum (European Commission, 2021). Aktuelle Studien zeigen zudem, dass diesem weit verbreiteten Unwissen über die Gesundheitsrisiken von E-Zigaretten durchaus proaktiv und wirksam entgegengewirkt werden kann (Villanti et al., 2023).
Obwohl bei vielen Raucher*innen eine grundsätzliche Motivation zur Veränderung ihres Rauchverhaltens besteht (Werse et al., 2023), gehen die aktuell existierenden Maßnahmen offensichtlich am Bedarf vorbei. Eine Erweiterung des alleinigen Abstinenzparadigmas als Zieloption um eine offenere Zielperspektive im Sinne von Harm Reduction kann dazu beitragen, Raucher*innen bedürfnisorientierter und individueller unterstützen zu können und damit kurz- und langfristig die weitreichenden gesundheitlichen Schäden zu verringern.

Literatur

Britton, J., George, J., Bauld, L., Agrawal, S., Moxham, J., Arnott, D. et al. (2020). A Rational Approach to E-Cigarettes: Challenging ERS Policy on Tobacco Harm Reduction. *European Respiratory Journal*, 55, 2000166. doi: 10.1183/13993003.00166-2020.

Der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen (2024). Nationale Strategie zur Drogen- und Suchtpolitik. Verfügbar unter: www.bundesdrogenbeauftragter.de/themen/drogenpolitik/nationale-strategie/

European Commission (2021). *Special Eurobarometer 506: Attitudes of Europeans towards Tobacco and Electronic Cigarettes: Report*. Verfügbar unter: www.data.europa.eu/doi/10.2875/490366

Hartmann-Boyce, J., McRobbie, H., Butler, A. R., Lindson, N., Bullen, C., Begh, R. et al. (2021). Electronic Cigarettes for Smoking Cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 9, CD010216. doi: 10.1002/14651858.CD010216.pub6

International Harm Reduction Association (IHRA) (2010). *Was ist Harm Reduction? Eine Erklärung der International Harm Reduction Association*. Verfügbar unter: www.hri.global/files/2010/06/01/Briefing_What_is_HR_German.pdf

Joossens, L., Olefir, L., Feliu, A. & Fernandez, E. (2021). *The Tobacco Control Scale 2021 in Europe*. Verfügbar unter: www.tobaccocontrolscale.org/wp-content/uploads/2022/12/TCS-Report-2021-Interactive-V4.pdf

Körkel, J. (2020). Die Interventionsmatrix als zentraler Bestandteil zieloffener Suchtbehandlung. *Rausch – Wiener Zeitschrift für Suchttherapie*, 2(9), 30–40.

Kotz, D. (2024). *DEBRA – Deutsche Befragung zum Rauchverhalten*. Verfügbar unter: www.debra-study.info/.

Kotz, D., Batra, A. & Kastaun, S. (2020). Smoking Cessation Attempts and Common Strategies Employed – a Germany-Wide Representative Survey Conducted in 19 Waves from

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright. Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de