

Suchtmedizin

Inwieweit können E-Dampfer beim Nikotinstopp helfen?

E-Dampfer oder E-Zigaretten sind im Gegensatz zu Tabakzigaretten tabakfrei und erzeugen deutlich weniger Schadstoffe. Sie werden unter anderem angewendet, um von Zigaretten loszukommen. Tragen sie aber auch dazu bei, die Nikotinabhängigkeit zu verringern? Dieser Frage ging die weltweit grösste Studie zu diesem Thema nach, die von einer schweizerischen interdisziplinären Forschungsgruppe unter Leitung der Universität Bern durchgeführt wurde.

In der Studie wurden die Wirksamkeit, Sicherheit und Toxikologie von E-Dampfern im Rahmen einer umfassenden Rauchstoppberatung mit einer ebenso umfassenden Rauchstoppberatung ohne E-Dampfer verglichen. Zur Rauchstoppberatung in beiden Gruppen gehörten diverse therapeutische Angebote sowie Empfehlungen zu Arzneimitteln und Nikotinersatzprodukten.

Über eine Laufzeit von 6 Monaten wurden in den beiden Gruppen insgesamt 1246 Teilnehmer befragt und klinisch untersucht. Auch die in dieser Zeit auftretenden unerwünschten gesundheitlichen Ereignisse wurden detailliert erfasst. Dabei zeigte sich:

- ▲ Die Zugabe von E-Dampfern zu den herkömmlichen Rauchentwöhnungsmassnahmen erhöhte die Abstinenzrate vom Tabakrauchen um 21 Prozent. In der Gruppe mit E-Dampfern betrug sie 53 Prozent, in der Gruppe ohne E-Dampfer 32 Prozent.
- ▲ Allerdings blieben viele Personen, die mit Tabakrauchen aufhörten, beim E-Dampfen und somit immer noch beim Nikotin. Demzufolge war die Nikotinabstinenz in dieser Gruppe geringer. Von den Personen mit E-Dampfern blieben 20 Prozent nikotinabstinent, in der

Gruppe ohne E-Dampfer waren es 34 Prozent.

«Die meisten Raucher möchten mit dem Rauchen von Tabakzigaretten aufhören. Viele können es aber selbst mit verfügbaren etablierten, wissenschaftlich geprüften Rauchstoppmitteln nicht. Hier könnten E-Dampfer im Rahmen einer klinischen Rauchstopptherapie helfen», sagt Isabelle Jacot-Sadowski, die im Lausanner Studienzentrum involviert war. Mithilfe der E-Dampfer wäre ein 2-stufiger Entwöhnungsprozess denkbar. «Durch die Verwendung von E-Dampfern könnten die Raucher das Risiko von mit dem Tabakkonsum verbundenen Krankheiten verringern, bis sie sich später entscheiden, auch die Verwendung von Nikotin ganz zu beenden.»

Universität Bern/PS ▲

Medienmitteilung der Universität Bern vom 14.02.2024