

## Passivrauchen

Durch den ausgeatmeten Rauch entsteht auch beim Wasserpfeiferauchen Passivrauch. Durch das Glimmen der Holzkohle entsteht außerdem ein Rauch mit viel Feinstaub, der Kohlenmonoxid, Metalle und andere krebserzeugende Stoffe enthält.

Beim Passivrauchen im Zusammenhang mit Wasserpfeife ist eine ähnliche Gefährdung wie beim Zigaretterrauchen anzunehmen.

## Gesetzliche Regelungen

Der Tabak der Wasserpfeife gehört zum Rauchtabak und ordnet sich damit in die gesetzlichen Bestimmungen der Tabakerzeugnisse ein.

Bezogen auf das Jugendschutzgesetz bedeutet das, dass Jugendliche unter 18 Jahren ab dem 1.9.2007 keine Shisha in der Öffentlichkeit rauchen und keinen Tabak kaufen dürfen.

## Weitere Informationen

Brandenburgische Landesstelle gegen die Suchtgefahren e.V./  
Zentralstelle für Suchtprävention  
Carl- von- Ossietzky- Str. 29  
14471 Potsdam  
Tel.: 0331- 9513284, Fax: 0331- 9513293  
e- Mail: [ZSB-WEBER@t-online.de](mailto:ZSB-WEBER@t-online.de)  
website: [www.bls-potsdam.de](http://www.bls-potsdam.de)

(Herausgeber, Herbst 2007)

### Quellen:

[www.bfr.bund.de](http://www.bfr.bund.de)

[www.tabakkontrolle.de](http://www.tabakkontrolle.de)

[www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de)

Studie Vorsicht Wasserpfeife, Bezirksamt Friedrichshein- Kreuzberg

Fotos: [www.pixelquelle.de](http://www.pixelquelle.de)

Mit finanzieller Unterstützung des Ministeriums für Arbeit, Soziales,  
Gesundheit und Familie des Landes Brandenburg

# Wasserpfeife- ungefährlicher als Zigarette ?



**BLS**  
Brandenburgische  
Landesstelle gegen die  
Suchtgefahren e.V.

rauchfrei!  
Brandenburg

Informationen für Multiplikatoren und Interessierte



Das Rauchen von Wasserpfeifen ist vor allem in Nordafrika und in Teilen Asiens verbreitet. In den letzten Jahren, erfreut sich das Rauchen von Wasserpfeifen auch in Deutschland besonders bei Jugendlichen zunehmender Popularität und hat sich in der deutschen Jugendkultur fest etabliert.

In einer Bewertung, warnt das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) vor den gesundheitlichen Risiken und der Suchtgefahr die von dieser Art des Tabakkonsums ausgehen. Sie kommen zu dem Ergebnis, dass der Konsum einer Wasserpfeife etwa dem von 10 Zigaretten entspricht.

Inzwischen liegt auch eine Veröffentlichung der BZgA vor, danach rauchen bundesweit 14% der 12- bis 17-Jährigen und

davon schätzen nur 38% das Wasserpfeifenrauchen als schädlich ein.

Nach der Darstellung der WHO inhaliert ein Wasserpfeifenraucher während einer Sitzung so viel Rauch wie ein Zigarettenraucher einatmen würde, der 100 oder mehr Zigaretten inhaliert

Alle Studien zeigen, dass Informationsdefizite bei den Jugendlichen aber auch bei den Betreibern von Shisha- Lokalen über gesundheitliche Gefahren bestehen.

Außerdem gibt es ein gesetzliches Vakuum in Bezug auf das Wasserpfeiferauchen (fehlende Vorschriften für den Verkauf, Konsum und Werbung).

### Erfahrungsbericht

„Ich habe vor drei Monaten das erste Mal an einer Shisha im Urlaub in der Türkei gezogen.“ Seit diesem Erlebnis geht der 20-jährige Toni oft in Shisha- Bars oder Cafes in Brandenburg oder Berlin und erzählt:

Auf fast jedem Tisch der einschlägigen Lokale steht eine kunstvoll vorbereitete Pfeife. Wenn sie blubbert, kreist alsbald das Mundstück am langen Schlauch. Shisha- Rauchen ist eine kommunikative Form des Genießens. Viele finden daran gefallen, trinke kaum Alkohol und rauchen keine Zigaretten und die Shisha ist was Besonderes für viele. Der kalte Rauch ist angenehm, weil er nicht kratzt, das fruchtige Aroma gefällt und auch die Geselligkeit.“

### Funktionsweise

Die Wasserpfeife, auch als Narghileh, Arghileh, Hookah, Shisha oder Hubble Bubble bekannt, besteht im Allgemeinen aus einem wassergefüllten Glasgefäß, einem Tongefäß für den Tabak, einer Rauchsäule mit Ventil und einem Schlauch mit Mundstück. Der Tabak für Wasserpfeifen ist ein spezieller feuchter Tabak, der aus einer Mischung von Tabak, Melasse und Glycerin besteht. Er ist deutlich feuchter als Pfeifen- oder Zigarettentabak. Der Wasserpfeifentabak wird aromatisiert mit Früchten, Fruchtessenzen, Sirup und anderen Substanzen. Die bekannteste Sorte ist der Doppelapfel.



Auf das mit dieser Mischung gefüllte Tongefäß wird ein Metallsieb oder eine durchlöchernte Alufolie und glühende Kohle gelegt. Beim Saugen an dem Schlauch wird der entstehende Rauch durch den Wasserbehälter gesogen und gelangt in den Mund des Rauchers.

Der Wasserpfeifentabak wird nicht direkt verbrannt, sondern ausgedünstet. Aufgrund des langen Weges durch das Metallrohr, das Wasser und den Schlauch ist der aromatisierte Rauch kühl und angenehmer als der Tabakrauch einer Zigarette.

### Schädlichkeit

Wissenschaftliche Studien weisen darauf hin, dass über den Rauch von Wasserpfeifen zum Teil größere Schadstoffmengen aufgenommen werden als über filterlose Zigaretten. Dies gilt insbesondere für Teer und Kohlenmonoxid und weitere krebsauslösende Substanzen wie Arsen, Chrom und Nickel. Weiterhin steigt die Nikotinkonzentration im Blut stärker beim Rauchen von Wasserpfeifen, als nach Zigarettenkonsum. Langjähriger Wasserpfeifenkonsum hat eine Reihe von gesundheitlichen Beeinträchtigungen zur Folge, wie z. B. eine Verminderung des Geburtsgewichtes der Kinder von Raucherinnen, eine Verschlechterung der Lungenfunktionen, das Risiko an Tumoren zu erkranken und ein gehäuftes Auftreten von koronaren Herzerkrankungen. Über die Risiken durch Schadstoffe im Rauch und die Suchtgefahr hinaus kann die gemeinschaftliche Nutzung von Wasserpfeifen die Übertragung von Infektionskrankheiten begünstigen.

### Schadstoffgehalt von Wasserpfeifentabak und Zigarette

Substanz	Wasserpfeife 1	Wasserpfeife 2	Zigarette
	10g Tabakmischung 100 Züge zu 300 ml bei 3 sec. Zugdauer	10g Tabakmischung 171 Züge zu 530 ml bei 3 sec. Zugdauer	eine filterlose Zigarette
<b>Nikotin (mg)</b>	2,25		0,1 - 3,0
<b>Teer (mg)</b>	242,00		27,2
<b>Kohlenmonoxid/ (mg)</b>	Nicht untersucht		14,0 - 23,0
<b>Arsen (ng)</b>	Nicht untersucht		40,0 - 120,0

### Wirkung

Bei vielen Menschen führt das Shisha- Rauchen zu Müdigkeit, Trägheit und auch zu einem leichten Rausch. Dies rührt daher, dass der Rauch der Shisha viel dichter und schwerer als der einer Zigarette ist, was schnell zu einer Unterversorgung des Körpers mit Sauerstoff führt. Dieser negative Effekt lässt sich dadurch vermeiden, indem man die Shisha nicht in einem geschlossenen Raum (empfohlen mit geöffnetem Fenster), sondern im Freien konsumiert.

Weiterhin kann der Genuss einer Shisha bei unerfahrenen Shisharauchern Schwindelgefühl und auch Übelkeit in unterschiedlichen Graden auslösen.

