



FACTSHEET NIKOTINBEUTEL

Als Reaktion auf das Negativ-Image der Zigarette und auf die Einführung strengerer Tabakgesetze setzt die Tabakindustrie für den österreichischen Markt in jüngerer Vergangenheit in verstärktem Maße auf so genannte **“Next Generation Products”** oder **“Reduced Risk Products”**. Dazu gehören u.a. tabakfreie Nikotinbeutel (auch **“Nic-Bags”**, **“Nicotine Pouch”** oder **“Nikotinlutschsäckchen”** genannt), die unter verschiedenen Markennamen („Skruf“, „Faro“ etc.) im Internet, aber auch in Trafiken, Tankstellen und Gastronomiebetrieben beworben und verkauft werden. Auch viele Jugendliche und junge Erwachsene werden mit trendigen Verpackungen und Geschmacksrichtungen (Lakritze, Minz, usw.) damit angesprochen.

Was sind Nikotinbeutel und wie erfolgt der Konsum?

Nikotinbeutel sind nikotinhaltige Produkte ohne Tabak. Sie werden weder erhitzt noch verbrannt, sondern in Form kleiner Beutelchen in der Mundhöhle, meist unter der Ober- oder Unterlippe oder auch in der Backetasche platziert. Dort geben sie über unterschiedliche Trägersubstanzen, wie zum Beispiel Salze, Tees, Zellulose usw. das Nikotin an die Mundschleimhaut ab. Nach der Anwendung (meist 10 bis 20 Minuten) werden die Nikotinbeutel entsorgt. Die Aufmachung und die Funktionsweise dieser Produkte erinnert an „Snus“, einem traditionellen schwedischen Tabakprodukt, das innerhalb der EU (mit Ausnahme von Schweden) bereits seit dem Jahr 2001 nicht mehr vertrieben werden darf. Im Gegensatz zu Snus enthalten die Nikotinbeutel jedoch keinen Tabak.

Substanz, Wirkung und Risiken

Der Hauptwirkstoff der Nikotinbeutel ist Nikotin. In der Natur kommt das hochgiftige Alkaloid hauptsächlich in den Blättern der Tabakpflanze („*Nicotiana tabacum*“) vor. Reines Nikotin ist ein starkes Pflanzengift und wurde in der Vergangenheit auch als Pflanzenschutzmittel eingesetzt. Aufgrund seiner chemischen Struktur kann sich Nikotin mit Säuren zu Salzen verbinden. Salze sind auch ein wichtiger Trägerstoff in den Nikotinbeutel. Das in den Nikotinbeutel enthaltene Nikotin gelangt über die Schleimhäute im Mund in die Blutbahn. Im Gehirn verursacht es eine vermehrte Ausschüttung von Dopamin und es kommt dadurch, ähnlich wie bei Zigaretten, zu positiven und beruhigenden Gefühlserlebnissen („Belohnungseffekt“). Darüber hinaus wirkt Nikotin anregend auf die Verdauung und anregend auf Hirnareale, die für Wachheit und die Steigerung der Konzentrationsleistung zuständig sind. Weitere Effekte von Nikotin sind die Steigerung der Herzfrequenz, die Beschleunigung des Stoffwechsels, ein erhöhter Energieumsatz, die Reduzierung von Appetit, ein häufigeres Auftreten von Übelkeit, die Verengung von Blutgefäßen, Blutdruckanstieg, verminderte Harnproduktion und reduzierter Harndrang, die höhere Neigung zur Blutgerinnung, eine erhöhte Atemfrequenz und eine erhöhte Schmerzempfindlichkeit. Abgebaut wird Nikotin über die Leber (siehe auch dkfz.de).

Risiken

Nikotin wirkt aufputschend und macht sehr schnell abhängig. Bleibt der Nachschub zu lange aus, entwickeln sich unangenehme Entzugssymptome wie Unruhe, Gereiztheit, Unkonzentriertheit, etc. Nikotinbeutel enthalten einen zum Teil sehr hohen Nikotingehalt. Ein Säckchen enthält meist zwischen 6 und 11 Milligramm Nikotin. Es gibt aber auch Sorten, die 20 Milligramm Nikotin und mehr enthalten. Zum Vergleich: Eine Zigarette enthält etwa 12 Milligramm Nikotin, wobei beim Rauchen circa 10 % des Nikotins tatsächlich inhaliert und über die Lunge und in den Blutkreislauf bzw. ins Gehirn transportiert wird. Wie viel Nikotin bei oralen Produkten wie den Nikotinbeutel aufgenommen wird, hängt von mehreren Faktoren ab, u.a. davon wie lange sich die Beutel im Mund befinden. Schätzungen gehen meist von einer Menge zwischen 10 % bis 20 % aus. Mit den Nikotinbeutel wird also tendenziell mehr Nikotin im Körper aufgenommen als beim Rauchen einer Zigarette. Vor allem bei Erstkonsumenten von Nikotinbeutel kann es aufgrund der zum Teil sehr hohen Nikotingehalte zu Überdosierungen und Nikotinvergiftungen kommen. Diese reichen von leichten Symptomen wie Übelkeit, Erbrechen oder Kopfschmerzen bis zu schweren Vergiftungserscheinungen wie etwa Atemproblemen oder einem Kreislaufkollaps.

ACHTUNG: Vor allem für Kinder können Nikotinvergiftungen (zum Beispiel durch Verschlucken von Nikotinbeutel) sogar lebensbedrohlich sein!

Rechtslage

Nikotinbeutel sind im österreichischen „Tabak- und Nichtraucherinnen- bzw. Nichtrauchererschutzgesetz“ (TNRSG) nicht erfasst. Sie fallen in keine der Definitionen des aktuell gültigen Gesetzes, da Nikotinbeutel weder als „Tabakprodukte“ noch „Verwandte Erzeugnisse“ noch „Kautabak“ kategorisiert sind. Daher unterliegen diese Produkte auch nicht den im TNRSG geregelten Verkaufs- und Werbeverboten. Das oberösterreichische Jugendschutzgesetz enthält zwar eine Regelung (§ 8, Abs.4), die Jugendlichen die missbräuchliche Verwendung von Stoffen verbietet, „die eine Betäubung, Aufputschung oder Stimulierung herbeiführen können“. Dieses Verbot richtet sich jedoch an die Jugendlichen selbst und richtet sich nicht an den Handel (vorwiegend Internet, Trafiken, Gastronomie, Tankstellen).



Rechtslage in Schulen:

Rechtlich gesehen bieten derzeit beim Besitz oder Umgang mit Nikotinbeutel im Bereich der Schule weder das Tabakgesetz noch die Schulordnung eine juristische Grundlage. Es kann jedoch eine entsprechende Vereinbarung bzw. ein Verbot in der jeweiligen Hausordnung festgelegt werden.

Prävention

Tabakprävention kann auf vielen Ebenen stattfinden. In Schulen, Freizeiteinrichtungen, Gemeinden und Familien. Durch eine moderne Tabakpolitik, die auch neuartige Nikotinprodukte regelt sowie den Jugendschutz entsprechend erweitert, werden strukturelle Maßnahmen getroffen. Auf Ebene der Familie können Eltern und Erziehungsberechtigte ebenfalls viel zur Tabakprävention beitragen. Auch wenn es sich bei den Nikotinbeuteln um kein klassisches Tabakprodukt wie Zigaretten handelt, empfehlen wir Eltern die Lektüre unserer Broschüre „**Übers Rauchen reden**“, die sowohl wertvolle Tipps zur Nichtrauchererziehung enthält, als auch praktische Hinweise zur Gesprächsführung sowie Informationen zum Thema Rauchen bietet.

Auf der individuellen Ebene stellt man fest, dass Jugendliche in der Regel überzeugt davon sind, dass der Konsum von Nikotin nicht zwingend gesundheitsförderlich ist. Erwachsene können diese Überzeugung durch sachliche Information über die Risiken des Gebrauchs stärken.

Gleichzeitig ist für viele Jugendliche der Gesundheitsbegriff nicht unmittelbar fassbar. Andere Gründe wie Wohlbefinden, Kick, aber auch Abgrenzung zum Kind-Sein sowie der Umgang mit Verboten spielen eine Rolle. Der Konsum von Nikotinbeutel beinhaltet natürlich auch subjektive Benefits. Dementsprechend sollen sich Gespräche mit Jugendlichen nicht auf Warnungen vor Gesundheitsrisiken beschränken, sondern die Lebenswelt und subjektive Erfahrungen miteinbeziehen.

Egal, ob Familie, Schule oder andere jugendspezifische Umfeldler: Zunächst ist wohl ein offenes und klärendes Gespräch mit dem Jugendlichen eine gute Option. Ebenso kann es im schulischen Bereich oder in der Jugendarbeit Sinn machen, im Klassenverband oder in einer kleineren Gruppe das Thema aufzufangen und bearbeitbar zu machen, ohne gleichzeitig unbewusst Alarmismus zu schüren. Gerne können Sie uns in diesem Zusammenhang für eine persönliche Beratung kontaktieren.

Quellen und weiterführende Links

Zum Thema Nikotin:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Köln (2020):

<https://www.drugcom.de/haeufig-gestellte-fragen/fragen-zu-nikotin-und-tabak/wie-wirkt-nikotin>

Deutsches Krebsforschungszentrum (2020):

https://www.dkfz.de/de/rauchertelefon/Nikotin_Wirkung.html

Projekt Raucherberatung in der Apotheke, Bern (2020):

<http://www.apotheken-raucherberatung.ch/de/startseite/facts-zum-rauchen/stoffe-im-tabakrauch/nikotin.html>

Praxis Suchtmedizin Schweiz, St. Gallen (2020):

https://praxis-suchtmedizin.ch/praxis-suchtmedizin/images/stories/nikotin/01769_de_InformationenblattfrAerztinnen.pdf

Zum Thema Recht:

Tabak- und Nichtraucherinnen- und Nichtraucherschutzgesetz (2020):

<https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=10010907>

Jugendschutzgesetz OÖ (2020):

<https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=LROO&Gesetzesnummer=20000130>

Schulordnung (2020):

<https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=10009376>

Erlass Landesschulrat/Bildungsdirektion OÖ (2018):

<https://www.lsr-ooe.gv.at/fileadmin/erlasssammlung/2018/A3-89-2-2018.pdf>

EU-Tabakrecht-Richtlinie:

https://ec.europa.eu/health/tobacco/products_de

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 verspricht Leichtigkeit, Frische und Reinheit. Das Verkaufsversprechen ist klar: diskreter Konsum, unabhängig von Rauchverboten, wo immer man möchte, und das Ganze „100% tabakfrei“ und 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 Täschchen, 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

– 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.

– Was ist das Besondere an Nikotinbeuteln?

Nikotinbeutel enthalten kein pflanzliches, sondern **synthetisches Nikotin**. Das derzeit geltende österreichische Tabak- und Nichtraucherinnen- bzw. Nichtraucherenschutzgesetz (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.

– Wie unterscheidet sich das Abhängigkeitspotential?

Nikotin wirkt stimulierend, aufputschend und suchterregend. Essentiell für die Entwicklung einer Abhängigkeits-erkrankung 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.

Es gilt: Nikotin ist eine Substanz mit erheblichem Abhängigkeitspotential, deren Konsum nach Möglichkeit völlig vermieden werden sollte.

– Krankheitsrisiko

Nikotinbeutel sind tatsächlich eine risikoärmere, aber dennoch nicht 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 erheblich. 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. Das Erkrankungsrisiko ist zwar wesentlich geringer als bei herkömmlichen Zigaretten, aber trotzdem nicht auszuschließen.

– 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.

– Fehlendes Werbeverbot

Während Tabakprodukte einem generellen Werbeverbot gemäß dem TNRSG (§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.

Dies ist bedenklich, da nicht nur ein Produkt mit Abhängigkeitspotential beworben wird, sondern die Werbekampagnen dem Anschein nach insbesondere auf ein **sehr junges Publikum** abzielen. Eine Aufnahme in das TNRSG würde hier ein notwendiges Werbeverbot bewirken.

– Ist ein Verkauf an Jugendliche unter 18 Jahren erlaubt?

Nachdem die Jugendschutzgesetze föderal geregelt sind, unterscheidet sich die Antwort je nach Bundesland. In Wien ist der Verkauf jeder Art von suchterregenden oder stimulierenden Stoffen, auch wenn diese nicht durch das Suchtmittelgesetz oder TNRSG erfasst sind, an Jugendliche unter 18 Jahren verboten.

Aus Sicht der Suchtprävention sollten Nikotinbeutel unbedingt in das TNRSG aufgenommen werden, um einen **einheitlichen Jugendschutz** und ein Werbeverbot zu gewährleisten.

– Einstiegshypothese und dualer Konsum

Das Versprechen der risikoärmeren Alternative hat möglicherweise einen Haken: Was, wenn der Konsum von Nikotinbeuteln den Einstieg in das Rauchverhalten erleichtert? Oder konsumiert man vielleicht beides? In diesem Fall würden sich eventuelle risiko- und schadensmindernde Effekte ins Gegenteil verkehren, wenn etwa Personen mit dem Rauchen anfangen, die sonst nicht damit angefangen hätten.

Zahlen zum Einfluss von beispielsweise E-Zigaretten und schwedischen Snus (Beutel auf Tabakbasis) können erste Anhaltspunkte und etwas Entwarnung hinsichtlich dieser Fragen bieten. Länder, in denen Snus erhältlich sind, wie Schweden und Norwegen, zeigen deutlich reduziertes Rauchverhalten. In den USA zeigen Studien zwar einen Zusammenhang zwischen E-Zigaretten-Konsum und späterem Konsum herkömmlicher Zigaretten. Jedoch reduziert sich insgesamt das bevölkerungsweite Rauchverhalten, da viele E-Zigaretten-Konsument*innen (zumindest in den USA) ansonsten zur herkömmlichen Zigarette gegriffen bzw. ohnehin mit dem Rauchen angefangen hätten.

Forderungen und Tipps

- **Nikotin ist suchterregend. Der beste Konsum ist kein Konsum.**
- **Suchtpräventive Angebote sollten auch Nikotinbeutel thematisieren.**
- **Berücksichtigung von synthetischem Nikotin im TNRSG.**
- **Werbeverbot für Nikotinbeutel ist unbedingt durchzusetzen.**
- **Schulen empfehlen wir bis auf weiteres ein Verbot durch Änderung der Hausordnung.**

Nikotinbeutel sind eine neue Form des Nikotinkonsums. Sie sind zwar weniger gesundheitsschädlich als herkömmliche Zigaretten, dennoch geht von ihnen ein **relevantes Abhängigkeitspotential** aus. Für bestehende Konsument*innen können sie eine schadensreduzierende Alternative sein, neuen Nutzer*innen ist dennoch davon abzuraten, und ein Konsum durch Jugendliche ist strikt abzulehnen.

Nachdem sich Nikotinbeutel derzeit in einem rechtlichen Graubereich befinden, ist es aus Sicht der Suchtprävention und Gesundheitsförderung wichtig, dass Nikotinbeutel in das TNRSG ausgenommen werden, um so ein Werbeverbot und Qualitätssicherung zu garantieren.

Schulen empfehlen wir bis auf weiteres, ein Verbot durch Änderung der Hausordnung zu erwirken.