

Diese Seite wurde gestaltet von der Klasse 8a der Erich-Kästner-Realschule Steinheim

Stimmen

Was hat dir am Projekt besonders gefallen?



„Wir haben sehr viel gelernt. Es war ein interessantes Projekt.“

Goele



„Wir haben viel Neues gelernt, vor allem über die Folgen des Rauchens.“

Sara



„Die Umfrage hat mir am meisten Spaß gemacht.“

Khian



„Vor allem die Arbeit am Computer hat mir Spaß gemacht.“

Nurije

Gefährlicher Trend – Vapes und E-Zigaretten

Trotz Warnungen greifen immer mehr Jugendliche zu Shisha und Vapes - oft, ohne die Folgen zu kennen.

Trotz jahrelanger Aufklärung über die Gesundheitsrisiken von Zigaretten sind neue, gefährliche Formen des Rauchens hinzugekommen. Vapes und Shishas erfreuen sich zunehmender Beliebtheit. Vor allem bei Jugendlichen im Alter von 13 bis 16 Jahren.

■ Was hat es mit dem Trend auf sich? Und was sind die gesundheitlichen Risiken?

Viele Jugendlichen sind davon fest überzeugt, dass Shisha ungefährlicher ist als Zigaretten. Unter einer Shisha versteht man ein Gerät, auch Wasserpfeife genannt, das mit Tabak geraucht wird. Der Rauch wird durch Wasser gefiltert, was ihn feiner, aber nicht ungefährlicher macht.

■ Was ist drin im Shisha-Tabak?

Shisha enthält: Nikotin, Teer, Kohlenmonoxid, Schwermetalle und andere Giftstoffe, die krebserregend sind. Das Risiko für Lungenkrebs, Mundhöhlenkrebs und andere Krebsarten ist somit bei einer Wasserpfeife ebenfalls hoch.

■ Gibt es einen Unterschied zwischen Vapes und E-Zigaretten?

Tatsächlich nutzt Vapen und das Rauchen einer E-Zigarette dasselbe elektrische Gerät, bei dem verdampfte Flüssigkeit auch „Liquid“ genannt, eingeatmet wird. Vape ist ein modernes Wort für E-Zigarette und wird von „to vaporize“ abgeleitet, was so viel heißt wie „verdampfen“.

■ Wie gefährlich ist Vape rauchen?

Laut Studien erhöht das Rauchen von Vapes das Risiko von Atemwegserkrankungen wie chronischer Bronchitis, Asthma und COPD. COPD ist aktuell die vierthäufigste

Todesursache weltweit. Die Abkürzung steht für „Chronisch-obstruktive Lungenerkrankung“ und wird umgangssprachliche Raucherhusten genannt. Durch die Entzündungsprozesse können sich in den Bronchien Bindegewebe einlagern, die die kleinen Atemwege verschleimen und verengen.

Der Krankheitsprozess kann auch zu einer Zerstörung der Wandstruktur der Lungenbläschen führen. Dadurch verkleinert sich die Oberfläche der Lunge und das Ausatmen wird erschwert. Es verschlechtert sich mit der Zeit die Lungenfunktion, dann droht Atemnot bei körperlicher Belastung.



Die Klasse 8a der Erich-Kästner-Realschule beim Recherchieren für das Zisch-Projekt.

Foto: privat

Thema

Süßer Dampf, bittere Folgen

Zigarette, Shisha, Vapes: Was harmlos beginnt, kann schnell zur schweren Krankheit führen

STEINHEIM

Rauchen ist ein Thema, das viele Jugendliche früher oder später beschäftigt. Doch was genau steckt eigentlich dahinter? Wie lange gibt es schon Zigaretten? Was ist drin und welche Folgen hat der Konsum? Wir klären auf.

Zigaretten: Ein Klassiker

Zigaretten in ihrer heutigen Form gibt es seit dem 19. Jahrhundert. Besonders nach dem Zweiten Weltkrieg wurden sie durch Werbung und Verteilung durch Soldaten weltweit populär. Eine Zigarette besteht aus Tabak, Nikotin, Teer, Kohlenmonoxid und vielen weiteren chemischen Stoffen. Sie enthält über 4000, davon sind über 70 krebserregend.

Die Folgen? Zigaretten-Konsum kann zu Lungenkrebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Atemwegserkrankungen und sogar Unfruchtbarkeit führen. Außerdem macht Nikotin sehr schnell abhängig. Auch Passivrauchen (also das Einatmen des Rauches durch Umstehende) ist gefährlich.

Shisha: Fruchtiger Wasserdampf

Die Shisha, auch Wasserpfeife genannt, hat ihren Ursprung im 16. Jahrhundert in Indien und verbreitete sich über den Nahen Osten bis

nach Europa. In den vergangenen Jahren wurde sie auch in Deutschland vor allem unter Jugendlichen sehr beliebt, hauptsächlich wegen der süßen Aromen.

Doch Achtung: Der Tabak, der in der Shisha verwendet wird, enthält ebenfalls Nikotin und Schadstoffe. Durch das tiefe und lange Inhalieren nimmt der Körper sogar mehr Rauch auf als beim Zigarettenrauchen. Studien zeigen: Eine Shisha-Session von 45 Minuten entspricht etwa dem Rauchvolumen von 100 Zigaretten.

E-Zigaretten: Eine moderne Alternative ?

Die E-Zigarette gibt es seit Anfang der 2000-er Jahre. Sie stammt ursprünglich aus China. Statt Tabak zu verbrennen, wird bei der E-Zigarette eine Flüssigkeit, sogenanntes „Liquid“ verdampft. Dieses enthält Nikotin, Aromastoffe und andere Chemikalien. Viele denken, E-Zigaretten seien harmlos, aber auch hier gibt es gesundheitliche Risiken.

Die Lunge wird durch die Chemikalien gereizt, und manches Liquids enthalten Stoffe, die bei Erhitzung giftig werden können. Langzeitfolgen sind noch nicht vollständig erforscht, aber es mehren sich Hinweise auf Schäden an Lunge und Herz. Auch hier macht das enthaltene Nikotin schnell süchtig.

FAZIT

Cool sein ist auf keinen Fall eine Ausrede

Egal, ob Zigaretten, Shisha oder E-Zigaretten, alle drei Formen des Rauchens können schädlich sein. Besonders Jugendliche unterschätzen oft die Gefahr und lassen sich von süßen Geschmacksrichtungen oder Gruppenzwang beeinflussen. Rauchen mag vielleicht kurzfristig cool wirken, aber die Langzeitfolgen sind alles andere als das. Wer wirklich cool ist, sagt Nein und übernimmt Verantwortung für seinen Körper.

Wie viele Menschen rauchen?

In Deutschland greifen aktuell etwa 20 bis 28 Prozent der Erwachsenen zur Zigarette. Das entspricht rund 17 bis 20 Millionen Menschen. Etwa zwei Prozent nutzen regelmäßig E-Zigaretten, also rund eineinhalb Millionen. Unter Jugendlichen rauchen 6,8 Prozent, etwa 2,3 Prozent dampfen und rund sieben Prozent nutzen Einweg-Vapes. Shisha ist vor allem bei Jugendlichen beliebt. Hier zeigen Studien eine Nutzung von 14 Prozent.

Umfrage an der Steinheimer Schule

Das Ergebnis der Umfrage nach Rauchern in den Klassen sieben bis zehn an der Erich-Kästner-Realschule in Steinheim ist erschreckend.

Die Klasse 8a der Erich-Kästner-Realschule hat im Rahmen des Zeitungsprojekts der LKZ eine Umfrage gemacht zum Thema „Kippe, Shisha und E-Zigarette. Ist rauchen bei Jugendlichen angesagt?“

Die Schüler haben die Klassen sieben bis zehn befragt, indem sie einen Umfragebogen erstellt und in den Klassen ausgeteilt haben. Diese Umfrage war anonym, damit die Schüler ehrlicher antworten. Sie haben insgesamt 353 Jugendliche befragt.

Auswertung

Die Auswertung war erschreckend: Von 353 Jugendlichen rauchen 157. Das entspricht 44,49 Prozent.

Sie haben insgesamt vier 7er Klassen, mit insgesamt 88 Kindern befragt. 28,41 Prozent davon rauchen. In der Klassenstufe acht sind insgesamt 98 Jugendliche, wovon 39,80 Prozent rauchen.

In der neunten Stufe sind vier Klassen – insgesamt 101 Jugendliche. 49,50 Prozent davon rauchen.

Die Stufe zehn besteht aus insgesamt 66 Jugendlichen in drei Klassen – davon rauchen insgesamt 65,15 Prozent.

Häufiger Griff zur Vape

Ziel dieser Umfrage war herauszufinden wie viele Rauchen und was genau geraucht wird. Dabei wurde am häufigsten die „Vape“ genannt. Das bunte Design und die verschiedenen Geschmacksrichtungen wie „Mango“ oder „Pink Lemonade“ locken besonders. Weil bei Vapes der typische Tabakrauchgeruch fehlt, können Jugendliche sie unbemerkt konsumieren.

VON DER KLASSE 8A

ZEITUNG IN DER SCHULE

Informationen rund um das Zisch-Projekt

Im Projekt Zisch – Zeitung in der Schule lernen Schüler die Leseformate digital und gedruckt kennen, gewinnen einen Überblick darüber, was Zeitung beinhaltet, wie sie aufgebaut ist und wie Nachrichten recherchiert werden. Die Schülerinnen und Schüler werden selbst zu Journalisten, indem sie im Klassenverbund eine Zeitungsseite für die

Ludwigsburger Kreiszeitung/den Neckar- und Enzboten gestalten. Jährlich nehmen circa 1400 Schüler teil.

■ Für Schulen und Lehrer:

Wenn Sie am Zisch-Projekt teilnehmen möchten, wenden Sie sich bitte an Markus Moog vom IZOP-Institut, Tel. (0 24 08) 58 89 19 oder per Mail an mm@izop.de.



Trotz der Risiken rauchen viele Schüler E-Zigaretten.

Foto:stock.adobe.com/fedorovacz