

# Rauchstopp durch E-Zigarette aus Sicht der Verbraucher\*innen

2. Fachtagung „E-Zigaretten und ihre Bedeutung für  
Rauchentwöhnung/-reduktion und Public Health“

Frankfurt, 11.10.2019

Referentin: Daniela Jamin



# Inhalt

1. **Einführung**
2. **Dampfer\*innen - Wer dampft schon und warum?**
3. **Der Weg zum Rauchstopp - Welche Infos erhalten Rauchende?**
4. **Objektive Informationsquellen - Was gibt es schon?**
5. **Was wird benötigt?**

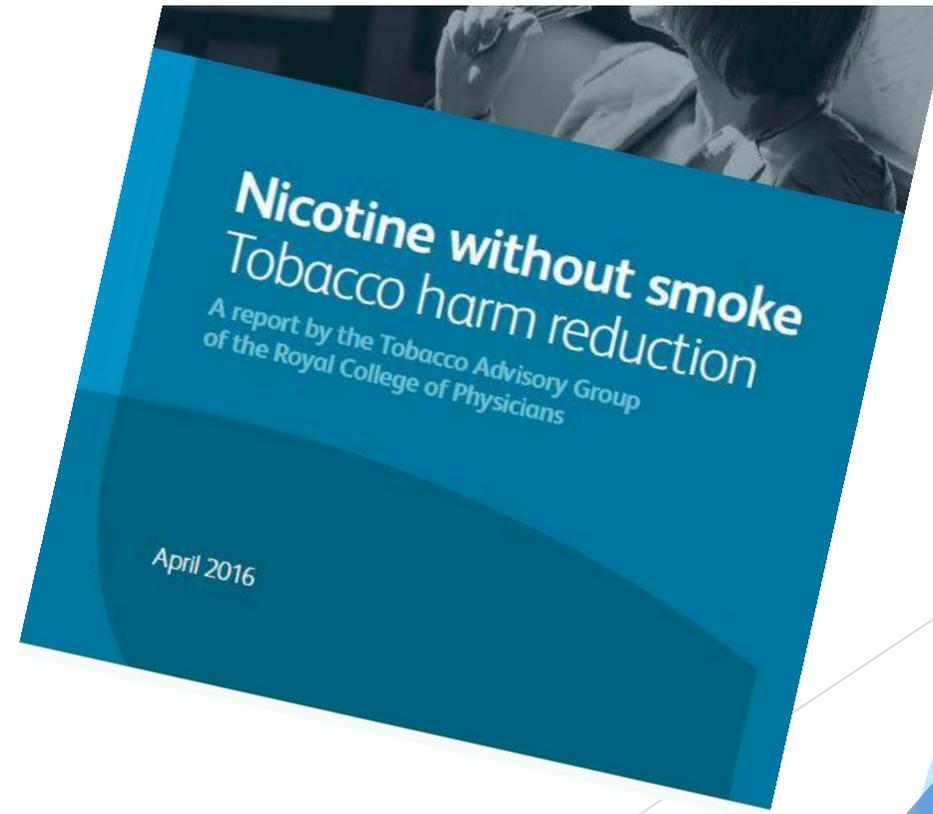
# Einführung



ORIGINAL ARTICLE FREE PREVIEW

## A Randomized Trial of E-Cigarettes versus Nicotine-Replacement Therapy

Peter Hajek, Ph.D., Anna Phillips-Waller, B.Sc., Dunja Przulj, Ph.D., Francesca Pesola, Ph.D., Katie Myers Smith, D.Psych., Natalie Bisal, M.Sc., Jinshuo Li, M.Phil., Steve Parrott, M.Sc., Peter Sasieni, Ph.D., Lynne Dawkins, Ph.D., Louise Ross, Maciej Goniewicz, Ph.D., Pharm.D., [et al.](#)



# Dampfer\*innen



# Aktuelle Zahlen in Deutschland

- 29% der deutschen Bevölkerung über 14 Jahre raucht
  - 19,8% haben mind. einmal eine E-Zigarette genutzt/getestet
  - 3,4% haben regelmäßig gedampft
  - 5,4% dampfen regelmäßig
- 2,2% der deutschen Bevölkerung über 14 Jahre dampft

(DEBRA Studie Aug/Sep'19)

# Wer dampft?

- 91% Ex-Rauchende / 7,5% Dual Konsumierende / 1% Nie-Rauchende
- Im Schnitt 40,7 Jahre (38,6 Jahre bei Erstkonsum)
- 19% Frauen / 81% Männer
- 54,6% Haupt- und Realschule, 19,2% Abitur, 26,3% Studium
- 84,7% erwerbstätig / 9,1% nicht erwerbstätig/berentet
  - Werden nicht Erwerbstätige nicht erreicht?

(Reimer et al. 2016)

# Warum wird die E-Zigarette genutzt?

- Vielzahl an Aromen (85%)
- Weniger Tabak ohne aufzuhören (79%)
- Billiger (75%)
- Spaß (75%)
- Weil es weniger schädlich ist (74%)
- Weil es andere weniger stört (70%)
- Rauchstopp (65%)

(Kotz et al. 2018)

TABELLE 5

Gründe für den Konsum von E-Zigaretten unter den aktuellen Nutzern, Mehrfachnennungen möglich, N = 235 (212\*)

Grund	% (n)
1. weil es viele verschiedene Aromen/Geschmacksrichtungen gibt	35,9 (85)
2. um weniger Tabak zu rauchen, ohne ganz mit dem Rauchen aufzuhören	33,5 (79)
3. weil es billiger ist als Rauchen von Tabak	31,9 (75)
4. weil es Spaß macht	31,8 (75)
5. weil es weniger schädlich ist als Tabak	31,4 (74)
6. weil es Leute in der Umgebung weniger stört als Rauchen von Tabak	29,7 (70)
7. um mit dem Rauchen von Tabak ganz aufzuhören	27,5 (65)
8. um sie an Orten zu benutzen, wo das Rauchen von Tabak verboten ist	24,5 (58)
9. weil es mir besser schmeckt als das Rauchen von Tabak	22,2 (52)
10. weil es das Rauchverlangen (starker Drang/Druck) verringert	19,3 (45)
11. weil es weniger abhängig macht als Tabak	17,3 (41)
12. aus Neugierde	14,2 (33)
13. weil andere in meinem Umfeld es auch tun	14,6 (43)
14. weil es cool/modern ist	9,3 (22)
15. weil es mir schwer fällt, mit dem E-Zigarettenkonsum aufzuhören	2,2 (5)
16. weil Personen in den Medien oder bekannte Persönlichkeiten E-Zigaretten benutzen	1,3 (3)
andere Gründe	12,4 (29)

Tab. 9: Motive, mit dem E-Zigaretten-Konsum zu beginnen bzw. aktuelle Konsummotive (Mehrfachantworten)

Konsummotive	Ex-Rauchende		Dualer Konsum	
	Beginn	Aktuell	Beginn	Aktuell
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Um eine Alternative zum Rauchen zu haben	1.251 (41,7)	1.212 (40,3)	139 (56,0)	142 (56,8)
Um mit dem Rauchen konventioneller Tabakprodukte aufzuhören	1.909 (63,6)		127 (51,2)	141 (56,4)
Um den Zigarettenkonsum zu reduzieren	621 (20,7)		137 (55,2)	145 (58,0)
Um die Nikotinzufuhr zu reduzieren	578 (19,3)	865 (28,8)	34 (13,7)	49 (19,6)
Um kein Nikotin zuzuführen	84 (2,8)	163 (5,4)	4 (1,6)	10 (4,0)
Um zwar Nikotin zuzuführen, aber ohne zu rauchen	943 (31,4)	1220 (40,6)	76 (30,6)	75 (30,0)
Weil ich vermutet habe, dass es mir mit dem Dampfen gesundheitlich besser gehen wird	2.017 (67,2)		135 (54,4)	
Weil ich mich mit dem Dampfen gesundheitlich besser fühle		2.507 (83,4)		161 (64,4)
Weil die Wohnung/ Räumlichkeiten/ Kleidung nicht nach Rauch riechen		2.068 (68,8)		152 (60,8)
Weil dampfen finanziell günstiger ist	1.342 (44,7)	1.414 (47,0)	116 (46,8)	127 (50,8)
Weil man die E-Zigarette fast überall nutzen kann	633 (21,1)	826 (27,5)	88 (35,5)	97 (38,8)
Um andere Menschen nicht durch Passivrauch zu stören	1.043 (34,7)	1.281 (42,6)	82 (33,1)	89 (35,6)
Aus Neugier, wollte es mal ausprobieren	723 (24,1)	43 (1,4)	67 (27,0)	4 (1,6)
Weil Dampfen gut riecht und schmeckt	877 (29,2)	1.715 (57,0)	82 (33,1)	129 (51,6)
Weil Dampfen Spaß macht	560 (18,7)	1.473 (49,0)	50 (20,2)	100 (40,0)
Weil ich das Dampfritual genieße	432 (14,4)	1.358 (45,2)	28 (11,3)	64 (25,6)
Weil ich das Rauchritual nicht aufgeben wollte	821 (27,3)	580 (19,3)	55 (22,2)	37 (14,8)
Weil Verwandte, Freunde, Arbeitskollegen, Bekannte auch gedampft haben (dampfen)	365 (12,2)	255 (8,5)	32 (12,9)	28 (11,2)
Weil ich mit Verwandten, Freunden etc. gemeinsam gedampft habe (dampfe)	143 (4,8)	311 (10,3)	15 (6,0)	24 (9,6)
Weil dampfen zu einem Hobby geworden ist		1.406 (46,8)		76 (30,4)

(Reimer et al. 2016)

# Der Weg zum Rauchstopp



# „Rauchen aufhören“

**Expertenbeitrag in HERZ HEUTE erschienen**

## **Mit Rauchen aufhören: Welche Hilfe ist von Medikamenten zu erwarten?**

Bislang → [81 Kommentare](#) zu diesem Beitrag



**Medikamente gehören zu den beliebtesten Hilfsmitteln, um mit dem Rauchen aufzuhören. Berücksichtigen sollte man allerdings, dass die auf dem Markt angebotenen Präparate deutliche Unterschiede aufweisen. Welche Wirkstoffe zu empfehlen sind und worauf bei der Anwendung zu achten ist, haben Experten**

**von der Uniklinik Hamburg-Eppendorf in unserer Patienten-Zeitschrift HERZ HEUTE zusammengefasst. Die wichtigsten Aussagen des Beitrages gibt es hier zum Nachlesen.**

# „Rauchen aufhören“



## RAUCHEN AUFHÖREN: METHODEN

Grundvoraussetzung für einen erfolgreichen Rauchstopp. Nun haben Sie die Wahl zwischen der Schlusspunkt-Methode oder der schrittweisen Raucherentwöhnung. Experten raten vermehrt dazu, bevor mit dem Rauchen aufzuhören. Etwa 60 Prozent der Ex-Raucher hatten mit dem Rauchstopp „von einem Tag auf den anderen“ Erfolg. Doch auch die schrittweise Entwöhnung kann zum Ziel führen – endlich rauchfrei!

Nicht  
Rauchen  
kann.de

ANZEIGE



### Rauchstopp mit Nicotinel®

Mit Nicotinel® lassen sich Entzugssymptome mindern – der Weg zum Nichtraucher wird deutlich leichter. Das besondere Plus: die vielfältigen Darreichungsformen und Wirkstärken.

[MEHR ERFAHREN](#)

Pflichttext

# „Rauchen aufhören“

## GLÜCKLICHER NICHTRAUCHER

[Startseite](#)

[Raucherentwöhnung](#)

[Krankenkassen-Förderung](#)

[Wirksamkeit](#)

[Seminare für Unternehmen](#)

[Medienecho](#)



Jetzt endlich zum  
glücklichen Nichtraucher werden!

Gefördert  
von allen Krankenkassen.

# „Rauchen aufhören“

## Produktfinder

### Finden Sie das passende Produkt für sich!

Mit dem Rauchen aufzuhören ist nicht einfach. Doch mit den Nikotinersatzprodukten von NICORETTE® schaffen auch Sie den Weg in die Rauchfreiheit. Welches Produkt passt am besten zu Ihrer Rauchstopp-Strategie? Beantworte Sie unsere Empfehlung.



PRODUKTE

NICHTRAUCHER WERDEN

DIE 5 ENTZUGSSYMPTOME

Jetzt starten

## So finden Sie das richtige Produkt?

Sie wollen aufhören, wissen aber noch nicht, welches Nikotinersatzprodukt für Sie am besten geeignet ist? Lutschtablette, Kaugummi oder Pflaster? Welche Dosierung ist die Richtige? Finden Sie hier das passende Produkt für Sie.

[LOS GEHT'S >](#)

# „Rauchen aufhören“

## Nikotinersatzpräparate

Ersatzpräparate wie Nikotinkaugummis oder -pflaster verdoppeln die Chance, sich erfolgreich das Rauchen abzugewöhnen. Die Entzugserscheinungen werden dadurch deutlich gemildert.

Wenn Sie einen nikotinstützten Versuch der Entwöhnung planen, empfiehlt es sich, Ihren Arzt bzw. Ihre Ärztin zu befragen, da dem Körper weiter Nikotin zugeführt wird und somit eine Abhängigkeit bestehen kann. Sie erhalten die Mittel verschreibungsfrei in jeder Apotheke. Diese sollten jed **E-Zigarette**

Seit einigen Jahren sind auch in Deutschland sogenannte Elektrische Zigaretten (E-Zigaretten) auf dem Markt erhältlich. E-Zigaretten verbrennen keinen Tabak, dafür geben sie bei jedem Atemzug ein nikotinhaltiges Gemisch über ein Aerosol ab. Von den Herstellern und Händlern werden E-Zigaretten als Ergänzung oder Ersatz mit angeblichen Vorteilen beworben, da sie keinen Tabak enthalten und kein Rauch durch Abbrennen entsteht. Dennoch ist auch das Einatmen des Aerosols von E-Zigaretten gesundheitsgefährdend. Durch das enthaltene Nikotin werden genauso psychische und körperliche Abhängigkeiten verursacht wie durch den Rauch von Tabakzigaretten. Auch im Aerosol von E-Zigaretten sind weitere potenziell gesundheitsgefährdende Zusatzstoffe enthalten. Über den Hauptinhaltsstoff Propylenglycol sind Langzeitwirkungen bislang nicht ausreichend erforscht. Über die gesundheitlichen Langzeitfolgen ist damit noch zu wenig bekannt.

**9,9% vs. 18%**  
(Hajek et al. 2019)

# „Rauchen aufhören“



Dieses Ausstiegsprogramm empfiehlt, an einem vorbereiteten Tag X, vollständig mit dem Rauchen aufzuhören. Auch Sie haben den Entschluss gefasst, in Zukunft auf Zigaretten zu verzichten.

Wählen Sie nun einen festen Termin für Ihren Rauchstopp innerhalb der nächsten zehn Tage (siehe Seite 43). Ab diesem Tag X rauchen Sie keine Zigarette mehr. Das Konzept, von heute auf morgen ganz aufzuhören, wird auch bei anderen erfolgreichen Selbsthilfemaßnahmen angewendet.

Bei dieser Methode müssen Sie das Rauchen vor dem Ausstieg nicht reduzieren. Das sorgt für eine angst- und stressfreie Einstimmung. Sie können sich in aller Ruhe mit den Inhalten dieser Broschüre beschäftigen und an Ihrer persönlichen Strategie feilen.

Viele Raucher, die nur reduzieren, aber nicht ganz aufhören wollen, haben sicherlich gute Absichten: Sie möchten etwas für ihre Gesundheit tun. Aber auch, wenn reduzierter Zigarettenkonsum generell positiv zu bewerten ist: Jede einzelne Zigarette schadet der Gesundheit.

**Weniger zu rauchen ist keine echte Alternative zu einem Rauchstopp!**

▶ **Die gute Nachricht:**

*Haben Sie Angst davor, auf die vielen Zigaretten verzichten zu müssen, die Ihnen etwas bedeutet haben?*

*Dann machen Sie sich folgendes klar:*

**Es geht lediglich darum, eine Zigarette nicht zu rauchen – nämlich die nächste!**

# „Rauchen aufhören“

The image shows a screenshot of the rauchfrei.de website. At the top, there is a navigation bar with links for 'Leichte Sprache', 'Gebärdensprache', 'Sitemap', 'Hilfe', 'Kontakt', 'Newsletter', and 'zum Commun'. Below this is a banner with the 'rauchfrei!' logo and a photo of a woman, with the text '164.403 Menschen haben...' partially visible. The main content area is divided into three columns of navigation menus. The left column contains a vertical list of menu items: 'Tabak & Tabakprodukte', 'Verbreitung des Rauchens', 'Rauchen & Gesundheit', 'Rauchstopp', 'Passivrauchen & Gesundheit', 'Gesetzliche Regelungen', 'Weltnichtrauchertag', 'Gebärdensprache', 'Leichte Sprache', 'Audiobeiträge', 'Unsere Radiospots', 'E-Banner', and 'News'. The middle column shows a sub-menu for 'Tabak & Tabakprodukte' with items: 'Geschichte & Anbau', 'Inhaltsstoffe im Tabakrauch', 'Tabakprodukte', 'Tabaksteuer', 'Tabakwerbung', and 'Jugendschutz'. The right column shows another sub-menu for 'Tabak & Tabakprodukte' with items: 'Geschichte & Anbau', 'Inhaltsstoffe im Tabakrauch', 'Tabakprodukte', 'Zigaretten', 'Light-Zigaretten', 'Elektrische Zigaretten', 'E-Shisha', 'Tabakerhitzer', 'Kräuterzigaretten', 'Zigarren & Zigarillos', 'Pfeifen', 'Wasserpfeifen', 'Rauchlose Tabakprodukte', 'Tabaksteuer', 'Tabakwerbung', and 'Jugendschutz'. The 'Elektrische Zigaretten' item in the right column is highlighted with a pink background.

Leichte Sprache   Gebärdensprache   Sitemap   Hilfe   Kontakt   Newsletter   zum Commun

**» Tabak & Tabakprodukte**

- Geschichte & Anbau
- Inhaltsstoffe im Tabakrauch
- » Tabakprodukte**
- Zigaretten
- Light-Zigaretten
- Elektrische Zigaretten
- E-Shisha
- Tabakerhitzer
- Kräuterzigaretten
- Zigarren & Zigarillos
- Pfeifen
- Wasserpfeifen
- Rauchlose Tabakprodukte
- Tabaksteuer
- Tabakwerbung
- Jugendschutz

**» Tabak & Tabakprodukte**

- Geschichte & Anbau
- Inhaltsstoffe im Tabakrauch
- Tabakprodukte
- Tabaksteuer
- Tabakwerbung
- Jugendschutz

**» Tabak & Tabakprodukte**

- Geschichte & Anbau
- Inhaltsstoffe im Tabakrauch
- Tabakprodukte
- Zigaretten
- Light-Zigaretten
- Elektrische Zigaretten
- E-Shisha
- Tabakerhitzer
- Kräuterzigaretten
- Zigarren & Zigarillos
- Pfeifen
- Wasserpfeifen
- Rauchlose Tabakprodukte
- Tabaksteuer
- Tabakwerbung
- Jugendschutz

# „Rauchen aufhören“



**Für stark abhängig Rauchende, die bereits mehrfach am Rauchstopp gescheitert sind kann ein vollständiger Umstieg von der regulären Tabakzigarette auf eine E-Zigarette gesundheitliche Vorteile bringen. Dabei sollte jedoch bedacht werden, dass die Auswirkungen des E-Zigaretten-Konsums auf die Gesundheit vermutlich erst in einigen Jahren zuverlässig eingeschätzt werden können. Insbesondere Menschen mit Vorerkrankungen (vor allem an der Lunge) gehen vor diesem Hintergrund ein – derzeit unbekanntes – Gesundheitsrisiko ein. Weil bei einem Umstieg auf die E-Zigarette oft Verhaltensgewohnheiten des Rauchens beibehalten werden, greifen eine Reihe von Menschen nach einiger Zeit doch wieder zur Tabakzigarette.**

**Ein zusätzliches gesundheitliches Risiko birgt der 'dual use', die Nutzung von sowohl Tabakzigaretten als auch E-Zigaretten, da hier insgesamt mehr Giftstoffe aufgenommen werden. Sicherer – auch in gesundheitlicher Hinsicht – ist der Rauchstopp. Die rauchfrei-Kampagne der BZgA unterstützt Sie dabei.**

# „Rauchen aufhören“



## Eignet sich die E-Zigarette zum Rauchstopp?

Die wissenschaftliche Datenlage zur Sicherheit und Wirksamkeit von E-Zigaretten bei der Tabakentwöhnung ist derzeit noch unzureichend. Die E-Zigarette wird daher nicht als Mittel zum Rauchstopp empfohlen.

Bei der Nutzung einer nikotinhaltigen E-Zigarette anstelle von Tabakzigaretten besteht die Gefahr, dass die körperliche Abhängigkeit aufrechterhalten wird. Außerdem werden vom Rauchen gewohnte Rituale und Gewohnheiten meist beibehalten. Eine erfolgreiche Tabakentwöhnung erfordert eine Veränderung von gewohnten Verhaltensweisen.

Qualitätsgesicherte Methoden zum Rauchstopp finden Sie in den Angeboten der BZgA, zum Beispiel dem kostenfreien rauchfrei-Ausstiegsprogramm. Sichere und wirksame Unterstützung beim Rauchstopp finden Sie in den Angeboten der BZgA, zum Beispiel dem kostenfreien rauchfrei Ausstiegsprogramm.

**HALSSCHLAGADER WURDE DURCHTRENNT**

# **Mann stirbt nach Explosion seiner E-Zigarette**

# E-Zigarette in den Medien

**E-Zigaretten**

## Was Sie über die Fälle von **Wer ist betroffen?**

Grundsätzlich: Menschen, die E-Zigaretten nutzen.

Grippesymptome, hohes Fieber, Lungenversagen: An all dem sollen E-Zigaretten schuld sein. Der Gouverneur von New York will sie nun verbieten – zu Recht?

# E-Zigarette in den Medien

**Der Bundesstaat New York hat ein weitflächiges Verbot gegenüber tausenden Geschmacksrichtungen von E-Zigaretten angekündigt – etliche Krankheiten und auch Todesfälle werden auf sie zurückgeführt. Das Weiße Haus will zügig nachziehen.**

# E-Zigarette in den Medien

The image is a composite. On the left, a man in a dark suit and tie sits at a desk, looking towards the camera. In front of him is a Zephirus e-cigarette device emitting a plume of vapor. The background is a blurred office setting. On the right, a PMI Science infographic is overlaid. The infographic has a white background with blue and yellow accents. It features a bar chart with five bars, each representing a different regulatory body and showing a reduction of more than 95% in carcinogens. The text above the chart states: 'Importantly, the carcinogens (ARC group 3) are reduced by over 95% in THS aerosol. Additionally, no new hazardous substances were detected.' Below the chart, a caption reads: 'Figure 4: Reduced formation of HPHCs by the THS. The relative level of HPHCs in THS aerosol is shown by the yellow bars and is compared with the 100% in smoke from the WHO reference cigarette (dark blue bars). The level of reduction for each group of HPHCs is shown.' The source is cited as 'Youtube [Stiftung Warentest] | 17.08.2012'. There are also logos for 'zdf neo' in the top left and 'NEO MAGAZIN' in the bottom right of the infographic area.

PMI SCIENCE  
THE PIONEERS IN TOBACCO

Importantly, the carcinogens (ARC group 3) are reduced by over 95% in THS aerosol. Additionally, no new hazardous substances were detected.

Regulatory Body	Number of Chemicals	Reduction Level
WHO	9 chemicals	> 95% reduction
FDA	18 chemicals	> 90% reduction
Health Canada	44 chemicals	> 95% reduction
PMI 5R	54 chemicals	> 90% reduction
Carcinogens	15 chemicals	> 95% reduction

Figure 4: Reduced formation of HPHCs by the THS. The relative level of HPHCs in THS aerosol is shown by the yellow bars and is compared with the 100% in smoke from the WHO reference cigarette (dark blue bars). The level of reduction for each group of HPHCs is shown.

Youtube [Stiftung Warentest] | 17.08.2012

# E-Zigarette in den Medien (positiv)

TEST-BERICHT

## Welche E-Zigarette ist die beste?

# E-Zigarette in den Medien (positiv)

Ausstieg aus Tabaksucht

## Wie Pharmakonzerne gegen die E-Zigarette vorgehen

**SPIEGEL**  Exklusiv für Abonnenten

**Der Arzneihersteller Pfizer unterstützte das "Aktionsbündnis Nichtrauchen" mit einer geheimen Spende. Dahinter steckt der Kampf um einen milliardenschweren Markt. Von Manfred Dworschak**

# E-Zigarette in den Medien (positiv)

FRÜHSTÜCKSFERNSEHEN

 TEILEN  MER

NEUE STUDIE ZEIGT, DASS E-ZIGARETTEN  
NICHT SO SCHÄDLICH SIND WIE GEDACHT

# Objektive Informationsquellen



Bildquelle:  
<https://www.vapers.guru/2019/04/29/eine-e-zigarette-enthaelt-so-viel-nikotin-wie-eine-schachtel/>

# Informationen

- Aufklärung über Ursachen der Todesfälle
- Initiative des Aktionsbündnisses Dampfen

→ Erreicht bereits Dampfende und wird großflächig ausgelegt mit dem Ziel auch aktuell Rauchende zu erreichen.

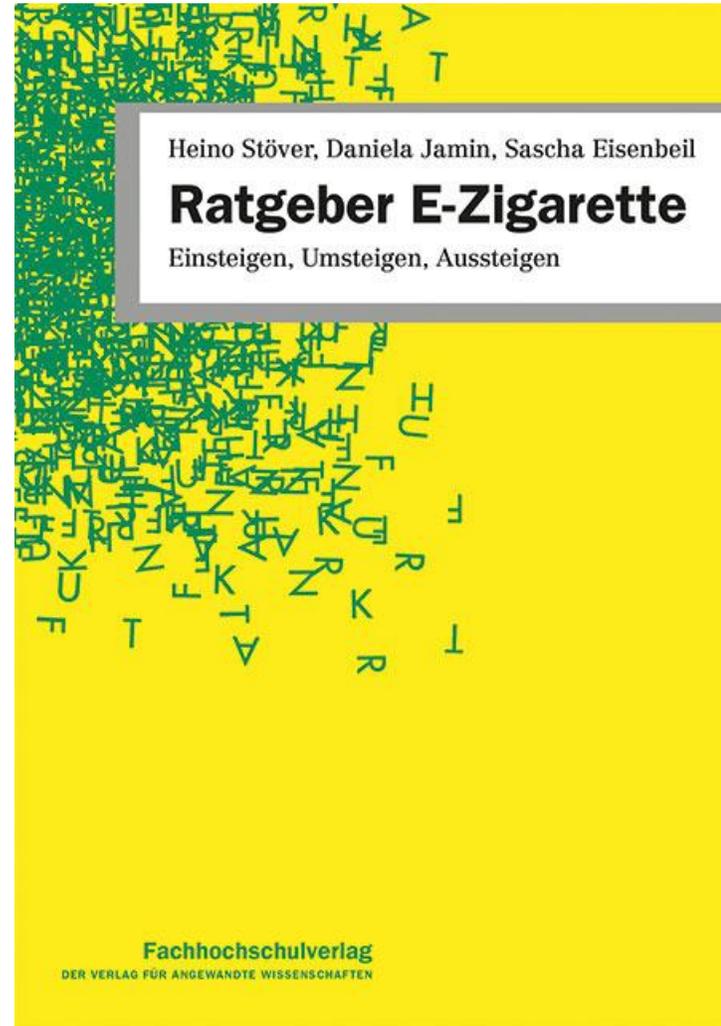


Bildquelle:  
<https://ezigaretensindnichtschild.de/>

# Informationen

- Ratgeber für Rauchende
- Informationen Rund um den Einstieg und Umstieg auf die E-Zigarette

→ Erreicht hauptsächlich Menschen, die gezielt danach suchen und bereits Dampfende



Bildquelle:  
<https://ezigaretteindnichtschild.de/>

# Informationen

- Verschiedene Online Ratgeber zur E-Zigarette (How to use)
- YouTube Kanäle
- Facebook
- Twitter

# Erfüllte Wünsche aus 2016

1. Klare Empfehlung der E-Zigarette durch Gesundheitsbehörden als Methode zum Rauchstopp
2. Positive Berichtserstattung in den Medien über Vorteile der E-Zigarette für Umteiger\*innen, sowie objektive „nicht verteufelnde“ Berichtserstattung
3. Freier Zugang zu Liquids und E-Zigaretten
4. Möglichkeit des Austauschs auf Facebook, Youtube und in Foren

(Reimer et al. 2016)

# Was wird benötigt?

- Objektive Informationsquellen die für alle und überall (ärztliche Praxen, Rauchstoppberatung, ....) zugänglich sind !
- Differenziertere und weniger negative Berichtserstattung durch die Medien !
- Verbreitung und Durchsetzung des Harm Reduction Ansatzes in Bezug auf Nikotinkonsum !
- Angebote für individuelle Rauchentwöhnung von abstinenzorientiert (Schlusspunktmethode, ...) bis akzeptierend (Reduktion, E-Zigarette, ...)
- Klare Positionierung der Krankenkassen !
- Klare Positionierung der Gesundheitsbehörden !

# Haben Sie Fragen?



Kontakt:  
Daniela Jamin [jamin@fb4.fra-uas.de](mailto:jamin@fb4.fra-uas.de)

**Vielen Danke für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

# Literatur

DEBRA (2019): <https://debrastudy.wordpress.com/>

Hajek P, Phillips-Waller A, Przulj D, Pesola F et al (2019) A randomized trial of e-cigarettes versus nicotine-replacement therapy. N Engl J Med 380:629-637. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1808779>

Kotz D, Böckmann M, Kastaun S (2018): The use of tobacco, e-cigarettes, and methods to quit smoking in Germany—a representative study using 6 waves of data over 12 months (the DEBRA study). Dtsch Arztebl Int 2018; 115: 235-42. DOI: 10.3238/arztebl.2018.0235.

Reimer, Jens, Silke Kuhn und Kirsten Lehmann (2016): Konsumgewohnheiten und Motive von E-Zigaretten-Konsumenten in Deutschland - Eine Querschnittsanalyse. Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung der Universität Hamburg, Hamburg, Juni 2016. Abschlussbericht der Studie unter [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/161005\\_Anlage\\_5-Abschlussbericht\\_ZIS.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/161005_Anlage_5-Abschlussbericht_ZIS.pdf).