

Gesetzeslage

Generell gilt § 10 JuSchG: In Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit dürfen Tabakwaren (dazu zählt auch Fruchttabak!) an Kinder oder Jugendliche weder abgegeben, noch darf ihnen das Rauchen gestattet werden.

Der Kauf einer Wasserpfeife und Zubehör ist theoretisch unter 18 Jahren möglich, jedoch gibt es Verkaufsstellen, die im Rahmen ihres eigenen Verantwortungsbewusstseins einen Verkauf nur an Personen über 18 Jahren anbieten.

Tipps für diejenigen, die es nicht lassen können:

- Achte auf die Warnsignale deines Körpers, z.B. Übelkeit, Unwohlsein, Schwindel, etc.
- Versuche möglichst NICHT tief zu inhalieren.
- Zwischendurch immer wieder mal frische Luft tanken, nach draußen gehen oder Fenster öffnen.
- Wenn du in Kneipen oder Cafés konsumierst, achte auf ein frisches und unbenutztes Einwegmundstück.

- Genussvoll und nicht zu häufig rauchen. Jede Woche oder gar tägliches Shisha-Rauchen gilt als „häufig“.
- Psychische Reaktionen beobachten, z.B. gedankliche Fixierung aufs nächste Rauchen.

Für Eltern und andere Bezugspersonen

Mit den Jugendlichen zusammen in Gesprächen über die Konsummotive des Shisha-Rauchens unterhalten und ihnen die oben genannten Risiken dieser „Freizeitbeschäftigung“ verdeutlichen. Es sollte gemeinsam versucht werden, Regeln für einen maßvollen Konsum zu finden!

WEITERE INFOS UNTER:
SHISHA.MINDZONE.INFO

mindzone.info
info@mindzone.info

2009-2014 © schönereWelt|swelt.com / 5. Auflage



wasser
lungen
pfeifen

sauber**drauf!**
mindzone.info

Wasserpfeife (Shisha)

Die Shisha ist in Deutschland unter Jugendlichen in den letzten Jahren immer populärer geworden. Die Wasserpfeife hat ihren Ursprung in Indien und im afrikanischen Kontinent. Inzwischen ist sie in arabischen Ländern ebenso bekannt wie in Indien, China, der Türkei oder Deutschland. Sicher ist, dass ursprünglich Heilkräuter und Rauschmittel auf diese Weise geraucht wurden. Heute steht dagegen ihre gesellschaftliche Bedeutung - als Zeichen der Gastfreundschaft und des Gesprächs - aber auch die Möglichkeit der Entspannung im Vordergrund.

Beim derzeitigen „Shisha-Trend“ werden vor allem aromatisierte Fruchttabake wie Apfel oder Erdbeere geraucht. Speziell junge Shisha-Raucher vertreten oft die Meinung, dass es sich beim Wasserpfeife-Rauchen um eine ungefährliche Konsumform handelt.

Die Aussage, dass Shisha-Tabak im Vergleich zu Zigaretten-Tabak nahezu unschädlich sei, ist FALSCH!

Das Wasser in der Shisha hat keine Filterfunktion bezogen auf die Schadstoffe, sondern nur einen kühlenden Effekt für den Qualm. So lässt sich der Rauch leichter inhalieren und wird tiefer eingeatmet. Dadurch werden auch tiefere Lungenbereiche geschädigt.

Studien zeigen: Neben Nikotin werden im Rauch von Wasserpfeifen weitere krebsauslösende Substanzen, z.B. Arsen, Chrom und Nickel nachgewiesen. Die Schadstoffe Teer und Kohlenmonoxid werden sogar in größeren Mengen aufgenommen als bei filterlosen Zigaretten.

Shisha-Tabak ist in erster Linie Tabak und enthält über 4000 verschiedene Bestandteile, wovon 69 als krebsauslösend gelten. Ein erheblicher Teil der giftigen Verbindungen entsteht erst während des Verbrennungsprozesses. Neben dem Tabak tragen aber auch die Dämpfe der glühenden Holzkohle (z.B. Kohlenmonoxid) zur Zusammensetzung des Rauches einer Wasserpfeife bei. Hinzu kommt, dass die Menge des aufgenommenen Nikotins beim Shisha-Rauchen deutlich höher ist als bei Zigaretten. Dies birgt ein höheres Abhängigkeitspotential und fördert den Einstieg ins Rauchen.

Gesundheitliche Risiken

Die Gesundheitsrisiken des Shisha-Rauchens sind dem des Zigarettenrauchens ähnlich: So haben Neugeborene von Shisha-Raucherinnen ein niedrigeres Geburtsgewicht als Kinder von Nichtraucherinnen. Wie beim Zigarettenrauchen können die schädlichen Stoffe im Rauch der Wasserpfeife Krebs in Lunge, Mundhöhle und Lippe auslösen. Darüber hinaus wurde eine Verschlechterung der Lungenfunktion sowie ein gehäuftes Auftreten von Herzerkrankungen beobachtet. Die gemeinschaftliche Nutzung von Wasserpfeifen kann die Übertragung von ansteckenden Infektionskrankheiten wie Tuberkulose, Hepatitis oder Herpes begünstigen.

Fragen?
Probleme?
Party? Drogen?

→ onlineberatung.mindzone.info