

## RAUCH- BZW. TABAKENTWÖHNUNG IST NICHT GLEICH NIKOTINENTWÖHNUNG

---

Etwa ab den 80er Jahren wurde mehr und mehr publik gemacht, welche Risiken mit dem Tabakkonsum verbunden sind. In Folge dessen kam es in den nachfolgenden Jahrzehnten zu etlichen Präventionsmaßnahmen, es wurde viel Aufklärung betrieben und man bemühte sich, Tabakraucher zur Abstinenz zu bewegen. Im Laufe dieser vielen Jahre entstand ein Sprachgebrauch, der mit der zunehmenden Popularität der E-Zigarette aber zum Problem wurde.

Werfen wir einen Blick auf folgende Begriffe:

- Rauchentwöhnung (oder auch Rauchstopp, Rauchreduktion)
- Tabakentwöhnung (oder auch Tabakstopp, Tabakreduktion)
- Nikotinentwöhnung

Alle drei Begriffe werden synonym für eine schleichende, meist medikamentös oder ärztlich/psychologisch begleitete Entwöhnung, die immer mit dem Ziel der vollkommenen Abstinenz einher geht, verwandt. Es findet auch keine Differenzierung zum "Stopp" statt. Dabei ist ein Rauchstopp aber keine Entwöhnung im fachlichen Sinn, weil hier keine Entwöhnung stattfindet, sondern der Konsument ohne irgendwelche Hilfsmittel einfach nur seinen Konsum einstellt und sein Verhalten ändert.

Betrachten wir diese Begriffe jetzt einzeln und bewerten sie:

- Den Begriff **Rauchentwöhnung** sollte man vollständig aus dem Sprachgebrauch streichen. Es gibt keine Rauchsucht, und somit ist eine Entwöhnung von Rauch unmöglich. Niemand ist süchtig nach Rauch. Würde Rauch alleine süchtig machen, müsste auch ein Lagerfeuer als Droge bewertet werden. Die einzig korrekte Bezeichnung wäre hier Rauchstopp, oder Rauchreduktion, jedoch werden selbst diese i.d.R. synonym für eine Entwöhnung verwandt.
- Der Begriff **Tabakentwöhnung** ist irreführend, denn nicht die Tabakpflanze ist suchterregend, sondern das darin enthaltene Nikotin. Auch hier kann man nur von einem Tabakstopp, oder Tabakreduktion reden, doch auch hier assoziiert oder unterstellt man häufig eine Entwöhnung.
- Der Begriff **Nikotinentwöhnung** hingegen ist korrekt, denn Nikotin ist die suchterhaltende Substanz von der entwöhnt wird, wenn die vollkommene Abstinenz das Ziel ist. Ein Raucher der das Rauchen jedoch ohne Hilfestellungen einfach einstellt wird nicht entwöhnt. In Bezug auf die auf dem Markt befindlichen Arzneiprodukte sei anzumerken, dass diese nicht die Nikotinsucht behandeln, sondern dem Nutzer vor allem die Abstinenz von "Ritual und Verhalten" erleichtern sollen, indem die wirkstoffbezogenen Entzugserscheinungen zunächst verhindert werden.

An genau dieser Stelle wird auch klar, warum die E-Zigarette kein Arzneimittel sein kann. Sie hat nicht den Anspruch bei der Entwöhnung von Ritual und Verhalten zu helfen, im Gegenteil, sie behält beides vollständig bei. Mit der E-Zigarette kam ein Produkt auf den Markt, welches dasselbe Ritual und Verhalten wie bei einer Tabakzigarette impliziert, aber Nikotinkonsum ohne die schädlichen Wirkungen des Tabak und Rauch zum Ziel hat.

Nun ist es so, dass diese Begriffe im allgemeinen Sprachgebrauch aber alle dasselbe assoziieren, nämlich den Plan sich nicht nur von einer Substanz, sondern auch von dem damit einhergehenden Verhalten und Konsum zu lösen. Der seit Jahrzehnten geprägte Sprachgebrauch führt bei der Debatte um die E-Zigarette nun immer wieder zu Irritationen, ja sogar zu völligen Fehleinschätzungen bei Behörden, Ministerien und sonstigen Institutionen. Umfragen führen zu falschen Ergebnissen, weil die Fragenden die Begriffe nicht korrekt einsetzen, bzw. aus den Antworten der Dampfer falsche Rückschlüsse ziehen.

Stiege ein Raucher auf die E-Zigarette um, oder ersetzte mit ihr einen Teil seines Tabakkonsums, behauptete er selbst natürlich stets, dass er seit dem nicht mehr oder weniger rauche. Die Frage, ob er die E-Zigarette zur Rauch- oder Tabakreduktion nutze bejahte er. Das entspräche auch vollkommen den Tatsachen. Aufgrund des allgemeinen Sprachgebrauchs wird dann jedoch unterstellt, die E-Zigarette sei ein Medikament, da sie zur "*Entwöhnung*" genutzt werden würde. Lautete die Frage jedoch, ob der Befragte sie zur Nikotinentwöhnung nutze, hätte der überwiegende Teil verneint, denn der Umstieg auf eine E-Zigarette impliziert nicht automatisch den Verzicht auf Nikotin und damit eine Nikotinentwöhnung.

Ebenso wenig impliziert ist auch der Bruch mit der Gewohnheit etwas zum Mund zu führen, etwas zu inhalieren oder sichtbare Wölkchen zu produzieren. Beantwortet also ein Dampfer diese Frage nach Rauch oder Tabakreduktion bzw Stopp mit "ja", sind beide Begriffe wörtlich zu nehmen. Der Dampfer reduziert oder vermeidet nur Rauch und Tabak - sonst nichts.

Selbst die Frage nach Tabak- oder Rauchentwöhnung kann von Dampfern mitunter mit "ja" beantwortet werden, weil Ihnen selbst gar nicht klar ist, was der Begriff der Entwöhnung im fachlichen Sinne tatsächlich bedeutet.

Der Grund warum jemand Rauchtabakwaren konsumiert, ist nicht auf einzelne Komponenten beschränkbar. Oft ist es eine Kombination aus Wirkstoff und Verhaltensmuster. Alles, außer des Konsums des Tabaks, ist bei einer E-Zigarette genau so wie bei einer Tabakzigarette. Daher ist der Begriff "*Entwöhnung*" hier völlig fehl am Platz. Viele Raucher reduzieren den Tabakkonsum zwar, stellen ihn aber nicht zwangsläufig ein. Die E-Zigarette wird als Alternative genutzt, aber nicht um Sucht- oder Verhaltensmuster zu ändern.

Natürlich gibt es auch einige Dampfer, die mit der E-Zigarette ihren Nikotinkonsum reduzieren. Auch hier wird man mit der Aussage konfrontiert, dass es sich in diesem Fall um ein Arzneimittel handeln müsse, da es ja zur "*Entwöhnung*" genutzt werden würde. Diese Argumentation ist haltlos. Jemand, der die Dosis eines Genussmittels niedriger als gewohnter Weise wählt, nimmt immer noch kein Arznei- oder Entwöhnungsmittel zu sich, sondern nach wie vor das ursprüngliche Genussmittel.

Völlig unbetrachtet bleibt bei dieser ganzen Debatte die Tatsache, dass nicht jeder Raucher oder Dampfer tatsächlich ein Suchtverhalten an den Tag legt. Ein nicht unerheblicher Teil der Konsumenten beider Produkte können nicht als süchtig bewertet werden, da sie Gelegenheitsnutzer sind. Für diese Konsumenten ist die Diskussion um Arzneimittel und "*Entwöhnung*" gänzlich absurd. Wenn ein Gelegenheitsraucher heutzutage lieber zur E-Zigarette greift, hat dies für ihn überhaupt nichts mit Entwöhnung zu tun.

Die Welt ändert sich, und Sprache muss sich anpassen. Rauch- oder Tabakstopp impliziert nicht mehr eine Verhaltensänderung, und ist auch nicht automatisch eine -im fachlichen Sinne- Entwöhnung. Wer sich mit Tabakkonsum und Alternativen für Nikotinkonsum befasst, wird nicht umhin kommen eine exakte Sprache, bzw. klare Begriffsdefinitionen vorzunehmen, wenn er valide Ergebnisse erzielen will.