

Meinung eines Schülers zu Vapes und Zigaretten: Legalität, Risiken und schädliche Stoffe

Vapes, also E-Zigaretten, und gewöhnliche Zigaretten sind Produkte, die oft genutzt werden, um Nikotin aufzunehmen. Ich, ein Schüler an der Oberschule Ehrenfriedersdorf, habe mich mit den gesundheitlichen Risiken und enthaltenen Chemikalien beschäftigt. Obwohl Vapes und Zigaretten unterschiedlich funktionieren, bringen beide erhebliche Gefahren mit sich. Hier teile ich meine Gedanken dazu.

Ab welchem Alter sind Vapes und Zigaretten erlaubt?

In Deutschland ist es klar geregelt: Sowohl Vapes als auch Zigaretten dürfen erst ab 18 Jahren gekauft und konsumiert werden. Das gilt selbst für nikotinfreie E-Liquids, da auch sie die Gesundheit schädigen. Diese Regelung finde ich wichtig, um junge Menschen zu schützen, denn alle diese Produkte können süchtig machen und schwere gesundheitliche Folgen haben. Auch wenn der Reiz da ist, sollte man die Finger davon lassen.

Welche Schäden verursachen Vapes und Zigaretten?

Schäden durch Zigaretten: Zigaretten sind besonders gefährlich, da der Rauch über 7.000 Chemikalien enthält. Darunter befinden sich mindestens 70 Stoffe, die nachweislich Krebs auslösen können. Zu den häufigsten Folgen gehören Lungenkrankheiten wie Lungenkrebs und COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung), aber auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen, z.B. Herzinfarkte und Schlaganfälle. Außerdem schädigen Zigaretten die Zähne und das Zahnfleisch und führen zu frühzeitiger Hautalterung. Für mich überwiegen die Risiken ganz klar die vermeintlichen „Vorteile“.

Schäden durch Vapes: Auch wenn E-Zigaretten oft als harmloser dargestellt werden, sind sie keineswegs ungefährlich. Der Dampf kann Stoffe mit Formaldehyd und Diacetyl enthalten, die die Atemwege reizen oder sogar ernsthaft schädigen können. Medizinische Berichte über die sogenannte EVALI (E-Zigaretten-assoziierte Lungenschädigung) zeigen, dass auch Vapes erhebliche gesundheitliche Risiken mit sich bringen. Hinzu kommt, dass viele Liquids Nikotin enthalten, das abhängig macht und besonders bei Jugendlichen z.B. die Gehirnentwicklung beeinträchtigen kann.

Für mich steht fest: Selbst wenn Vapes angeblich weniger schädlich als Zigaretten wären, sollten sie wegen der hohen Risiken auch bei ihnen trotzdem gemieden werden.

Welche gefährlichen Chemikalien enthalten Zigaretten und Vapes?

Zigaretten enthalten z.B. Nikotin, Teer und Kohlenmonoxid.

Vapes enthalten z.B. Nikotin, Glycerin, Formaldehyd, Diacetyl und Schwermetalle.

Mein Fazit

Nach allem, was ich über Zigaretten und Vapes erfahren habe, würde ich von beidem die Finger lassen. Auch Vapes haben erhebliche Risiken, die man nicht unterschätzen sollte. Selbst wenn der Reiz groß ist, sollte man sich bewusst machen, dass die Gesundheit langfristig wichtiger ist. Ich finde, das gesetzliche Mindestalter von 18 Jahren ist ein guter Schritt, aber am besten ist es, gar nicht erst zu rauchen.

ein Schüler der Oberschule Ehrenfriedersdorf