

Vapen: der neue Trend bei Jugendlichen

Immer mehr Jugendliche greifen zu E-Zigaretten. Eine neue Studie zeigt, wie beliebt das Vapen ist – und Expertinnen und Experten warnen vor den Risiken für die Gesundheit und einer starken Abhängigkeit.

„Zigarette?“ – „Nein, danke!“ Diese Antwort hörte man in der Vergangenheit immer häufiger. Rauchen schien bei jungen Menschen lange Zeit nicht mehr in Mode zu sein. Jetzt geht der Trend aber wieder in eine andere Richtung. In Deutschland rauchen immer mehr Jugendliche. Eine neue Studie zeigt: 2025 tat das fast jeder Zehnte der 12- bis 17-Jährigen. Allerdings verändert sich die Art des Rauchens. Fast sieben Prozent nutzten regelmäßig E-Zigaretten, vor allem sogenannte **Vapes**. Das sind mehr als doppelt so viele wie 2021.

Für viele sind Vapes eine **attraktive** Alternative, weil der süße, zum Beispiel nach Cola schmeckende **Dampf** nicht so stark riecht wie der Rauch von Zigaretten. Außerdem ist Vapen einfacher und an vielen Orten möglich. Die 30-jährige Antonia S., die eigentlich anders heißt, hat schon oft versucht, mit dem Rauchen aufzuhören: „Nie hat es geklappt, bis ich das Vapen probiert habe. Ich habe schon das Gefühl, dass es mir dadurch **gesundheitlich** besser geht. Aber andererseits glaube ich, dass ich vom Vapen viel abhängiger bin als damals vom Rauchen.“ Genauso ging es dem **Bildungsinfluencer** Bob Blume. Deswegen nutzt er nun seine Bekanntheit, um in den sozialen Medien vor den Risiken zu warnen.

Das hat auch der **Drogenbeauftragte** der Bundesregierung, Hendrik Streeck, zum Ziel: „Der **Einstieg** über Vapes macht Jugendliche **nikotinabhängig** und führt **auf lange Sicht** oft dazu, dass sie auch Zigaretten rauchen.“ Außerdem enthalten Vapes viele **Zusatzstoffe**, die schaden können. Und laut Forschern der Universität Oxford erhöhen Vapes mit Nikotin das Risiko für schwere Krankheiten an Mund und **Lunge**. Die Hersteller erklären jedoch, dass E-Zigaretten weniger schädlich für die Gesundheit sind als normale Zigaretten.

Für Bob Blume ist das kein Grund zur **Entwarnung**. Er weiß aus Kommentaren und Nachrichten, dass das Vapen auf Schultoiletten üblich ist – und das auch schon an Grundschulen. Um Kinder und Jugendliche vor einer Abhängigkeit zu schützen, fordert er eine große **Kampagne** gegen Vapes. Dabei sollten auch bekannte Influencer Verantwortung übernehmen.

Autoren: Oliver Pieper, Achim Küpper

Glossar

vapen (aus dem Englischen) – umgangssprachlich für: eine E-Zigarette rauchen; mit der Hilfe eines Vaporizers inhalieren

E-Zigarette, -n (f.) – Abkürzung für: elektronische Zigarette; ein elektrisches Gerät, mit dem man Stoffe verdampfen und wie beim Rauchen einatmen kann

Vape, -s (f. oder m., aus dem Englischen) – E-Zigarette; Abkürzung für: Vaporizer

attraktiv – hier: so, dass etwas interessant und positiv für jemanden ist

Dampf, Dämpfe (m.) – hier: der Rauch, der durch Wärme entsteht

gesundheitlich – so, dass es um die Gesundheit geht

Bildung (f., nur Singular) – hier: alles, was damit zu tun hat, dass Leute etwas lernen

Influencer, -/Influencerin, -nen – jemand, der im Internet bekannt ist und durch bestimmte Botschaften und/oder Werbung Einfluss hat

Drogenbeauftragte, -n (m./f.) – jemand, der sich um das Problem des Drogen- und Alkoholkonsums in der Gesellschaft kümmert

Einstieg (m., nur Singular) – hier: der Anfang; das Anfangen mit etwas, z. B. mit Drogen

Nikotin (n., nur Singular) – ein Stoff, der in Tabak enthalten ist; ein Nervengift

auf lange Sicht – in der Zukunft

Zusatzstoff, -e (m.) – eine Substanz, die bei der Herstellung von etwas (z. B. von Lebensmitteln) hinzugefügt wird

Lunge, -n (f.) – das Organ, mit dem man atmet

Entwarnung, -en (f.) – die Nachricht, dass keine Gefahr mehr besteht oder droht

Kampagne, -n (f.) – hier: eine große Aktion