

Die E-Zigarette:

Dampfmaschine des 21. Jahrhunderts

Die E-Zigarette erfreut sich in Deutschland und Europa einer stetig wachsenden Beliebtheit. Entsprechend gibt es zahlreiche Fragen hinsichtlich der Herkunft, Funktionsweise, Benutzung und Pflege der elektronischen Alternative zum Tabakkonsum. Auch wollen sich viele Einsteiger erst einmal über die rechtlichen und gesundheitlichen Fakten informieren. Daher wollen wir allen Dampfern – und solchen, die es werden wollen – an dieser Stelle die Möglichkeit geben, sich umfassend zu informieren. Auf dieser Seite finden Sie alles, was Sie über die E-Zigarette, ihr Zubehör sowie das Dampfen allgemein wissen müssen.

Inhalt

1. Allgemeine Informationen

- 1.1. Was sind die rechtlichen Vorschriften?
- 1.2. Für wen – und für wen nicht?
- 1.3. Wie hat sich die E-Zigarette geschichtlich entwickelt?

2. Aufbau und Funktionsweise

- 2.1. Wie funktioniert die E-Zigarette?
- 2.2. Was gibt es für Unterschiede?
- 2.3. Welches Zubehör gibt es?

3. Die Liquids

- 3.1. Woraus bestehen die Liquids?
- 3.2. Was für Unterschiede gibt es?
- 3.3. Was gibt es für Geschmacksrichtungen?

4. Benutzung und Pflege

- 4.1. Wie werden Liquids eingefüllt?
- 4.2. Wie werden E-Zigaretten gereinigt?

5. Kosten

6. Zahlen und Fakten

- 6.1. Wo findet man neue Informationen über E-Zigaretten?
- 6.2. Wie viel Umsatz wird mit E- Zigaretten in Deutschland gemacht?
- 6.3. Wie viel wird monatlich für das Dampfen mit E- Zigarette ausgegeben?
- 6.4. Wie bekannt ist die E-Zigarette bei Rauchern in den unterschiedlichen Altersstufen?
- 6.5. Wie viele Raucher verzichten auf Tabak?

1. Allgemeine Informationen

- » **Mit der E-Zigarette heißt es Dampfen statt Rauchen.**
- » **Es gibt nikotinhaltige und nikotinfreie Varianten.**
- » **Rechtliche Unterschiede zwischen der E-Zigarette und der Tabakzigarette existieren, werden aber immer geringer.**

Das Wichtigste gleich zu Beginn: Als Nutzer von E-Zigaretten rauchen Sie nicht, sondern Sie dampfen.¹ Zwar bezeichnen beide Begriffe denselben Vorgang – doch da Sie bei der E-Zigarette anstelle von tabakhaltigem Rauch nikotinhaltige² (oder auch nicht nikotinhaltige) Dämpfe einatmen, haben sich die unterschiedlichen Bezeichnungen etabliert. Dies hilft zudem bei der Unterscheidung zwischen (E-Zigaretten-) Dampfern und (Zigaretten-) Rauchern im Alltag, da beide unterschiedliche Dinge konsumieren und daher teilweise (noch) unterschiedliche Gesetzesvorschriften unterliegen.

1.1. Was sind die rechtlichen Vorschriften?

- » **Die rechtlichen Unterschiede zur Tabakzigarette sind u.a. steuerlicher Natur.**
- » **Andere Unterschiede werden nach und nach abgeschafft, den Anfang machte hier 2016 der Jugendschutz.**
- » **Hersteller distanzieren sich jedoch schon vor der Gesetzesänderung vom Verkauf an Jugendliche.**

Die Einzigartigkeit der E-Zigarette hat schon oft deutsche und internationale Gerichte beschäftigt bzw. zahlreiche Gerichtsurteile hervorgebracht. Gerade in Deutschland kamen die Richter dabei immer wieder zum gleichen Ergebnis: die E-Zigarette ist kein Tabakprodukt und kann daher nicht mit herkömmlichen Zigaretten gleichgesetzt werden.³ Nichtsdestotrotz wird von der Politik immer wieder versucht, beide Konsumgüter rechtlich gleichzusetzen. Während dies auf manchen Gebieten bereits geschehen ist (und auch durchaus sinnvoll sein kann), gibt es in einigen Bereichen weiterhin Unterschiede, die es zu erhalten gilt.

Am prägnantesten sind die Unterschiede bei der Besteuerung der Erzeugnisse. Bekanntermaßen ist die Tabaksteuer in Deutschland relativ hoch – und E-Zigaretten werden entsprechend niedriger besteuert.⁴ Vorerst zeichnet sich ab, dass dieser Unterschied weiterhin Bestand haben wird. Anhand dieses Beispiels zeigt sich deutlich, dass die Unterscheidung zwischen Rauchen und Dampfen nicht nur für Sprachwissenschaftler von Interesse ist, sondern auch handfeste rechtliche und finanzielle Auswirkungen hat. Diese sind auch insofern interessant, als dass zahlreiche Bundes- und Landesbehörden eine Gleichsetzung beider Arten des Genusses erreichen wollten. Während eine völlige Angleichung nach aktuellem Stand jedoch für die absehbare Zukunft vom Tisch ist, gibt es Bereiche, in denen die Rechtslage immer vergleichbarer wird.⁵



© Bart1983 | Fotolia.com

Dies gilt beispielsweise für das Verbot, E-Zigaretten in öffentlichen Gebäuden zu nutzen. Wir erinnern uns: das Rauchverbot in öffentlichen Räumen wie Ämtern und Bahnhöfen sorgte vor einigen Jahren für eine weitreichende Kontroverse in ganz Deutschland. Denn viele Raucher, die es gewohnt waren, immer und überall rauchen zu dürfen, mussten plötzlich ihre Gewohnheiten ändern. Gleiches ist nun mit der E-Zigarette geschehen, die mittlerweile in den meisten öffentlichen Gebäuden ebenfalls nicht mehr gedampft werden darf.⁶

Quellen:

- ¹ <http://www.e-zigarette-test.de/wie-funktioniert-eine-e-zigarette.html>
- ² <http://www.egogreen-liquids.de/blog/e-liquids-nikotin-oder-kein-nikotin/>
- ³ <http://examensrelevant.de/kein-verbot-der-e-zigarette-in-gaststaetten/>
- ⁴ <http://www.wahrheit-ueber-ezigaretten.de/e-zigarette-und-tabaksteuern/e-zigarette-und-die-tabaksteuer>
- ⁵ https://vaporexmachina.de/Rechtliche-Informationen-zu-E-Zigaretten:_:17.html
- ⁶ <http://www.e-zigarette-test.de/e-zigarette-die-rechtslage-in-deutschland.html>

Auch im Personennah- und Fernverkehr ist das Dampfen inzwischen größtenteils untersagt. Dies gilt auch für alle Züge, Bahnhöfe und Bahnsteige der Deutschen Bahn – auf letzteren ist das Dampfen nur in speziellen Raucherbereichen gestattet. Ansonsten ist der Genuss der E-Zigarette hier nun ebenso verboten wie das Rauchen einer Tabakzigarette⁷. Im Flugverkehr haben sich noch



© baona | istockphoto.com/de

keine einheitlichen Regeln für den Konsum durchgesetzt. Es ist jedoch davon auszugehen, dass E-Zigaretten in Flugzeugen auch künftig nicht genutzt werden dürfen. Viele Fluggesellschaften haben bereits eigene restriktive Regeln aufgestellt und es steht zu erwarten, dass die internationalen Gesetzgeber auf lange Sicht entsprechende Gesetze erlassen werden. Wichtig ist dabei: Die Mitnahme ist meist nur im Handgepäck gestattet, da im aufgegebenen Gepäck eine Brandgefahr durch eine Fehlfunktion des Akkus ausgeschlossen werden soll, wovon potentiell jedes akkubetriebene Gerät betroffen sein kann. Behalten Sie Ihre E-Zigarette also immer bei sich.⁸

Eine zentrale rechtliche Frage ist der Verkauf von E-Zigaretten an Jugendliche. In diesem Zusammenhang wurde Anfang 2016 ein Gesetz in Deutschland erlassen, welches den Verkauf an Personen unter 18 Jahren allgemein verbietet hat – dies gilt auch für den

Online-Handel⁹. Damit wurde eine Handhabung in Gesetzesform gegossen, die bereits seit vielen Jahren als freiwillige Selbstverpflichtung existierte: Der uneingeschränkte Jugendschutz durch Hersteller und Verkäufer, die ihre E-Zigaretten nur an volljährige Konsumenten verkaufen möchten.¹⁰

Entsprechend haben sich führende deutsche Händler, wie beispielsweise SC, schon lange vor dem Inkrafttreten des neuen Gesetzes vom Verkauf an minderjährige Konsumenten distanziert:

„Wir sind der Meinung, dass nur Erwachsene Zugriff auf Genussmittel haben sollten. Dies gilt für die E-Zigarette ebenso wie für Tabak und Alkohol. Daher begrüßen wir die Initiative des Gesetzgebers. Denn somit werden auch die Firmen, die sich der freiwilligen Selbstverpflichtung bisher nicht angeschlossen hatten, an den Jugendschutz gebunden. Für uns ist klar: Die E-Zigarette ist nicht für Kinder und Jugendliche, sondern nur für erwachsene Konsumenten geeignet.“

Mit diesem neuen Gesetz sind nun die Spielregeln für alle Hersteller und Konsumenten klar geregelt. Damit bleibt jedoch die Frage im Raum stehen: Wer dampft eigentlich? Und wer sollte es lieber sein lassen?

1.2. Für wen – und für wen nicht?

- » **Es wird in allen Bevölkerungsgruppen gedampft.**
- » **Vom Dampfen in der Schwangerschaft wird abgeraten.**
- » **Die Harm Reduction wurde bewiesen, der Gateway-Effekt nicht.**

Die E-Zigarette wird in allen Bevölkerungsgruppen konsumiert. Durch die Nutzung einer E-Zigarette verhindern Sie die Aufnahme von zahlreichen Schadstoffen, wie sie zahlreich in herkömmlichen Zigaretten zu finden sind. So enthält die elektronische Variante beispielsweise weder Teer noch Kohlenmonoxid.

Quellen:

⁷ http://www.bahn.de/view/mdb/bahnintern/agb/gesamt2012/mdb_86910_befoerederungsbedingungen_30_07_2012.pdf

⁸ <http://www.e-zigarette-wissen.de/list-die-e-zigarette-im-flugzeug-und-auf-reisen-erlaubt/>

⁹ <http://djp21.bundestag.de/djp21/btd/18/068/1806858.pdf>

¹⁰ <http://www.vd-eh.de/Satzung-VdeH.pdf>

Zudem sind Liquids auch ohne Nikotin erhältlich. Dies heißt jedoch nicht, dass die E-Zigarette gesundheitlich gänzlich unbedenklich ist. Entsprechend sollte diese nicht von Frauen, die sich in der Schwangerschaft oder Stillzeit befinden, konsumiert werden. Auch wenn Konsumenten unter bekannten Herzproblemen, Asthma, Kreislauferkrankungen oder Lungenschädigungen leiden, sollten Sie vom Dampfen absehen. Und dass Minderjährige von Genussmitteln wie Rauchwaren, Dampfprodukten oder Alkohol ferngehalten werden sollten, versteht sich, wie bereits gesagt, von selbst. Sie sollten diese daher vor allem als Genussmittel für Erwachsene verstehen.

Die Mehrheit der Dampfer sind ehemalige Raucher. Diese erhoffen sich – zurecht –, durch das Dampfen von dem weitaus schädlicheren Tabakkonsum wegzukommen. Denn E-Zigaretten sind nicht nur aufgrund ihres guten Geschmacks beliebt – dank des Fehlens der genannten Schadstoffe sind sie auch als Mittel der Harm Reduction (Schadensminimierung) bekannt. Dies bedeutet, dass Sie durch das Ersetzen der Tabakzigarette mit der E-Zigarette weiterhin einem Genussmittel frönen, dabei jedoch die Aufnahme von schädlichen Stoffen um bis zu 95 % reduzieren können (laut einer Studie von Public Health England).¹¹



WENIGER SCHÄDLICH

Ergebnis der Studie:
E-Zigaretten sind 95% weniger
schädlich als Tabakzigaretten.



WISSEN DAVON NICHTS

Knapp die Hälfte der britischen
Bevölkerung weiß noch nicht, dass
die E-Zigarette weniger schädlich ist.



2,6 Millionen erwachsene E-Zigaretten
Nutzer in Großbritannien sind Raucher
oder haben vor dem Umstieg geraucht.



Die Studie zeigt, dass weniger als 1%
der E-Zigaretten Nutzer Jugendliche
oder junge Erwachsene sind.



**DIE MEHRZAHL DER NUTZER GIBT AN, DIE E-ZIGARETTE ZU
VERWENDEN, UM NICHT WIEDER ZUR SCHÄDLICHEN TABAK-
ZIGARETTE ZU GREIFEN ODER DAS RAUCHEN AUFZUGEBEN.**



Quellen:

¹¹ <http://www.vd-eh.de/ezigaretten-95-prozent-weniger-schaedlich-als-tabak/>

¹² <http://www.mr-smoke.de/magazin/medien-irrtuemer-e-zigaretten/>

¹³ <http://djp21.bundestag.de/djp21/btd/18/068/1806858.pdf>

¹⁰ <http://www.mr-smoke.de/magazin/gateway-effekt-e-zigarette-widerlegt-studie-uni-hamburg/>

Dieser Effekt der Harm Reduction wurde in den vergangenen Jahren – vor allem von Lobby- und Interessenverbänden der Tabakindustrie – oft angezweifelt. Doch mittlerweile häufen sich unabhängige Studien wie die von Public Health England, die einwandfrei belegen, dass das Dampfen im Vergleich zum Rauchen die weitaus gesündere Variante darstellt. Daher trägt das Wachstum des E-Zigaretten-Marktes aktiv dazu bei, die Abhängigkeit von Tabak in weiten Teilen der Bevölkerung zu verringern.¹²

Anders verhält es sich jedoch beim sogenannten Gateway-Effekt. Dieser postuliert, dass das Dampfen einen Einstieg bildet, der den Konsumenten über kurz oder lang zum Raucher werden lässt. Es gibt jedoch keine Studien oder wissenschaftlichen Arbeiten, die diese These belegen. Sie kann daher getrost in das Reich der Fabeln verwiesen werden. Denn das Gegenteil ist der Fall: Dampfer sind fast ausschließlich ehemalige Nutzer der ungleich schädlicheren Tabakzigarette¹³. Dabei bleibt es eine Selbstverständlichkeit, dass Jugendliche unter 18 Jahren weder dämpfen noch rauchen sollten!

13. Wie hat sich die E-Zigarette geschichtlich entwickelt?

- » **Die ersten Patente für elektronische Zigaretten gab es in den 1960er Jahren.**
- » **Die heute genutzte Variante wurde 2003 erfunden und seitdem stetig verbessert.**
- » **Heute ist die E-Zigarette ein Massenphänomen.**

Für lange Zeit war das Rauchen ein gesellschaftlicher Standard. Ob Pfeife, Zigarre, Zigarillo oder Zigarette, vor allem der Mann von Welt war selten ohne Rauchutensilien anzutreffen. Doch in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts änderten sich die Vorzeichen. Immer neue wissenschaftliche Befunde wiesen auf die Gefahren hin, die das Rauchen mit sich bringt. Dies hat zwar nicht



© InnoCigs | innocigs.com

dazu geführt, dass es keine Raucher mehr gibt – jedoch wurden die Menschen für die damit einhergehenden Risiken sensibilisiert. Viele Raucher schworen ihrem Genussmittel daher komplett ab, andere suchten nach Alternativen.

So meldete der US-Amerikaner Herbert A. Gilbert am 17. April 1963 ein Patent für die rauch- und tabakfreie Zigarette an. Zu diesem Zeitpunkt blieb es jedoch bei der Idee, denn weder die gesellschaftlichen, noch die technischen Voraussetzungen für eine Serienproduktion waren in den 1960er Jahren gegeben. Ein Grund dafür ist, dass die herkömmliche Tabakzigarette zu diesem Zeitpunkt noch in der Mitte der Gesellschaft verankert war, wodurch Kritik oft bereits im Keim erstickt wurde.¹⁴

Doch trotz dieser kurzlebigen Geschichte von Gilberts Idee war ein Anfang gemacht. In den folgenden Jahrzehnten gab es zahlreiche weitere Experimente, doch es dauerte bis zum Jahr 2003, bis eine massentaugliche E-Zigarette das Licht der Welt erblickte. Der chinesische Apotheker und Erfinder Hon Lik baute eine elektronische Zigarette mit dem Ziel, ohne Tabak rauchen zu können. Diese wurde bald darauf mit großem Erfolg in China vertrieben und fand in der Folge ihren Weg nach Europa.¹⁵

Quellen:

¹¹ <http://www.vd-eh.de/ezigaretten-95-prozent-weniger-schaedlich-als-tabak/>

¹² <http://www.mr-smoke.de/magazin/medien-irrtuemer-e-zigaretten/>

¹³ <http://dip21.bundestag.de/dip21/btd/18/068/1806858.pdf>

¹⁴ <http://blog.schawenzl.de/wp-content/uploads/patent-e-zigarette.pdf>

¹⁵ http://worldwide.espacenet.com/publicationDetails/biblio?CC=EP&NR=1618803A1&KC=A1&FT=D&date=20060125&DB=&&locale=en_EP



© Frank Eckgold | Fotolia.com

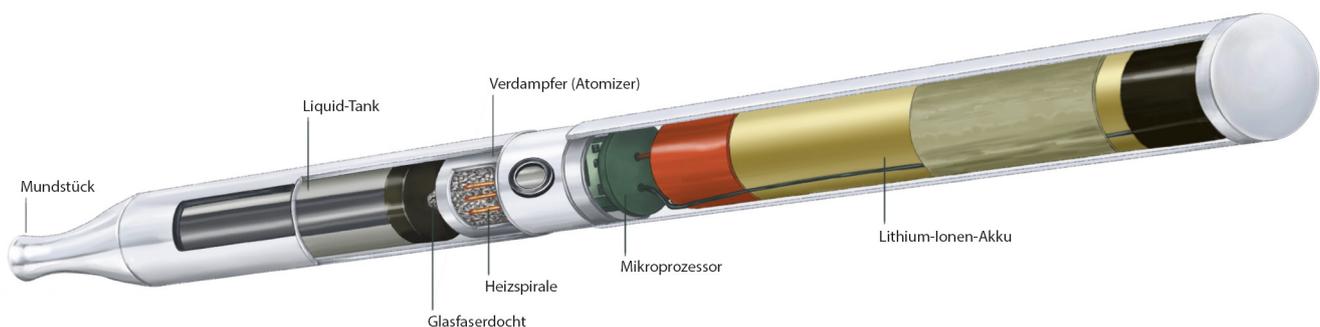
Zu Beginn orientierte sich das Aussehen der E-Zigarette noch an herkömmlichen Zigaretten. Durch technische Neuerungen, wie beispielsweise stärkere Akkus, hat sich das Äußere jedoch mittlerweile deutlich verändert. Bei den meisten Varianten ist nun ein klarer Unterschied zur Tabakzigarette erkennbar¹⁶. Seit 2007 wird die E-Zigarette, wie wir sie heute kennen, weltweit vertrieben und genutzt.

Die E-Zigarette hat sich also innerhalb von relativ kurzer Zeit etabliert und zu einer echten Alternative zum Rauchen entwickelt. Doch wie funktioniert sie eigentlich?

2. Aufbau und Funktionsweise

- » Die wichtigsten Bestandteile sind Clearomizer mit Mundstück, der Verdampfer und der Akku.
- » Das Liquid gelangt aus dem Tank in den Verdampfer und wird dort in Dampf umgewandelt.
- » Dieser kann dann durch Ziehen am Mundstück konsumiert werden.

Die E-Zigarette ist eine aus verschiedenen Komponenten bestehende technische Meisterleistung. Hier sind vor allem drei Bestandteile von zentraler Bedeutung: das Mundstück mit Liquid-Tank (Clearomizer), der Verdampfer und der Akku¹⁷. Um den Mechanismus in Gang zu setzen, müssen Sie entweder einen Knopf drücken oder am Mundstück ziehen. Damit erreichen Sie, dass das Liquid in den Verdampfer gelangt. Dort wird es über einen Verdampferkopf erhitzt und dadurch in Dampf umgewandelt, den Sie dann durch Ziehen am Mundstück einatmen¹⁸. Grundsätzlich ist die Funktionsweise der E-Zigarette also leicht verständlich – es gibt jedoch darüber hinaus Details, mit denen Sie sich vor dem Gebrauch vertraut machen sollten.



Quellen:

¹⁶ <http://liquid-news.com/e-zigaretten/die-e-zigarette-entstehung-und-geschichte-der-e-cigarette/>

¹⁷ <http://www.liquidquelle.de/information>

¹⁸ <http://www.angekommen.de/die-elektrische-zigarette.html>

2.1. Wie funktioniert die E-Zigarette?

- » Der Akku versorgt eine Heizwendel im Verdampfer mit ausreichend Energie.
- » Dieser zieht sich das Liquid aus dem Tank und wandelt es in Dampf um.
- » Das Aufladen ist per Netzstecker, USB-Kabel oder Autoladegerät möglich.

Bei E-Zigaretten findet im Gegensatz zu herkömmlichen Zigaretten keine Verbrennung von Tabakerzeugnissen statt. Stattdessen wird auf elektrischem Wege Dampf erzeugt. Hierfür braucht es zunächst einmal eine Energiequelle. Diese ist am hinteren Ende der E-Zigarette in Form eines Akkus angebracht.

Moderne Akkus der neuesten Generation sind extrem leistungsstark. Sie ermöglichen es Ihnen, viele Stunden zu dampfen, ohne dass Sie sich um die Akkulaufzeit Gedanken machen müssen.¹⁹ Und wenn die Leistung des Akkus doch zur Neige geht, wird dies meist durch eine Warnleuchte signalisiert. Dann können Sie ihn mittels eines USB-Kabels am Computer, via Autoladegerät am Zigarettenanzünder oder per Netzteil über eine Steckdose wieder aufladen²⁰. Zu diesem Zweck können Sie den Akku von der E-Zigarette abschrauben und, sofern gewünscht, durch einen Zweitakku ersetzen. Sie können den Akku Ihrer E-Zigarette also ähnlich einfach aufladen, wie den Ihres Smartphones. Ein Abschrauben des Akkus von der E-Zigarette ist aber nicht immer nötig. Viele hochwertige E-Zigaretten verfügen über eine Passthrough-Funktion, die es möglich macht, während des Ladevorgangs einfach weiterzudampfen. Mehr zu dem Thema erfahren Sie weiter unten.

Der Akku stellt sicher, dass der Verdampfer mit ausreichend Energie versorgt wird. Denn in diesem Teil muss eine leistungsstarke Heizwendel betrieben werden, um das Liquid (also den



© SC/InnoCigs

zu verdampfenden Geschmacksstoff) in Dampf umzuwandeln. Zu diesem Zweck erhitzt sie sich vergleichsweise schnell auf hohe Temperaturen. Schon nach fünf Zügen am Mundstück sind Temperaturen von 250 Grad und mehr nicht ungewöhnlich²¹. Entsprechend muss das Gehäuse aus hitzebeständigem Material gefertigt sein – denn Sie wollen die E-Zigarette ja noch anfassen können.

Um das Liquid zur Heizwendel zu bringen, braucht es einen Leiter, der aus Baumwollwatte oder Glasfaserwolle besteht. Dieser reicht von der Heizwendel in den Liquid-Tank, saugt dort das Liquid auf und leitet es damit zur Quelle der Hitze weiter. Durch die hohen Temperaturen verdampft das Liquid, woraufhin Sie es genüsslich inhalieren können. Hierfür gelangt es mittels eines Luftzugkanals am Liquid-Tank vorbei zum Mundstück.²²

Die entsprechenden Liquids werden in separaten Fläschchen gekauft und bei Bedarf in den Clearomizer-Tank gefüllt. Hier können Sie zwischen verschiedensten Geschmacksrichtungen und Nikotin-stärken wählen. Schlussendlich erreicht der Dampf das Mundstück, wo Sie diesen durch Ziehen am dafür vorgesehenen Teil einatmen können. Neben diesem grundsätzlichen Vorgang gibt es jedoch auch Unterschiede zwischen den verschiedenen Modellen.²³

Quellen:

¹⁹ <http://www.mr-smoke.de/magazin/e-zigarette-akku-funktion-haltbarkeit-fehlerbehebung/>

²⁰ http://dampfergarage.de/grundwissen-akku-und-akkutraeger/#USB_Ladegeraet_8211_Kabel_fuer_Standard-_und_Einsteigersets

²¹ <http://diedampferlounge.de/temperaturgeregeltes-dampfen/>

²² <http://diedampferlounge.de/aufbau-e-zigarette/>

²³ <http://gute-e-zigarette-kaufen.com/elektrische-zigarette/aufbau-funktionsweise-e-zigarette/>

2.2. Was gibt es für Unterschiede?

- » **E-Zigaretten sind als Einweg- oder als wiederverwendbares Produkt erhältlich.**
- » **Es gibt E-Zigaretten in verschiedenen Größen und mit unterschiedlichen Leistungsstärken – die Intensität des Dampfes hängt von den Volt-, Watt- und Ohmwerten ab.**
- » **Die Tanks sind meist aus strapazierfähigem Pyrex-Glas gefertigt.**

E-Zigaretten gibt es in verschiedenen Ausführungen. Zu Beginn sollten Sie sich daher fachmännisch beraten lassen, um das richti-



© SC/InnoCigs

ge Modell für den Einstieg in die Welt des Dampfens zu finden. Mit zunehmender Erfahrung werden Sie dann vielleicht auf eine andere E-Zigarette umsteigen wollen. Die erste grundlegende Entscheidung ist dabei, ob Sie die E-Zigarette nur kurzfristig oder immer wieder verwenden möchten. Denn neben den E-Zigaretten, die man wiederholt neu mit Liquid befüllen kann, gibt es auch Einweg-E-Zigaretten. Diese sogenannten Disposables sind bereits mit E-Liquid vorbefüllt und können sofort genutzt werden²⁴. Nach einem Dampfvergnügen von einigen 100 Zügen ist das Disposable aufgebraucht und kann zusammen mit herkömmlichen Batterien entsorgt werden. Damit

eignen sich diese Einweg-Dampfen perfekt für Orte, an die Sie Ihre liebgewonnene E-Zigarette nicht mitnehmen wollen – zum Beispiel auf Konzerte oder zu einem Wochenende auf dem Campingplatz.

Darüber hinaus gibt es Varianten, bei denen man direkt den kompletten Clearomizer austauschen kann. Somit ist nicht die E-Zigarette ein Einweg-Gerät, sondern sie ist lediglich mit einem Einweg-Tank verbunden. Bei diesen Varianten ist es durch einfaches Zusammenschrauben möglich, immer genau das Liquid zu dampfen, auf das Sie im Moment Lust haben. Damit erübrigt es sich, die Liquids selbst im Tank auszuwechseln.²⁵

Das Unterscheidungsmerkmal, welches direkt ins Auge springt, ist die Größe der E-Zigarette. Allgemein können Sie hier zwischen kleinen, mittleren und großen Varianten wählen. Die Größe steht zumeist in Korrelation mit der Akkukapazität des Geräts. Eine kleinere Elektro-Zigarette ist vor allem empfehlenswert, wenn Sie sich als Gelegenheitsdampfer sehen und einen Gegenwert von bis zu fünf herkömmlichen Zigaretten am Tag konsumieren möchten. Mit den kleinen E-Zigaretten fallen Sie in der Öffentlichkeit kaum auf und lassen sich dezent überall hin mitnehmen.

Die mittelgroßen E-Zigaretten eignen sich für Ihre Bedürfnisse, wenn Sie pro Tag den Gegenwert von etwa 10 – 15 Tabakzigaretten zu sich nehmen möchten. Sie sind preislich etwas über den kleinen Vertretern angesiedelt, benötigen jedoch weniger Pflege im Hinblick auf Liquidnachschub und Akkuaufladung. Gleiches gilt für die großen Versionen, die interessant werden, wenn Sie mehr als 15 herkömmliche Tabakzigaretten pro Tag konsumieren würden. Hier würde es keinen Sinn mehr machen, wenn Sie auf eine kleine E-Zigarette zurückgreifen – jedenfalls nicht als Hauptzigarette. Gerade für Reisen und Ausflüge kann es sich jedoch immer lohnen, eine kleine Ausfertigung griffbereit zu haben.²⁶

Quellen:

²³ <http://gute-e-zigarette-kaufen.com/elektrische-zigarette/aufbau-funktionsweise-e-zigarette/>

²⁴ <http://einweg-zigarette.de/>

²⁵ <http://www.mr-smoke.de/elektro-zigaretten/sc-easy-e-zigarette.html>

²⁶ <http://dampfdorado.de/Welche-elektrische-Zigarette-ist-die-Richtige-fuer-mich--15.html>

E-Zigaretten gibt es in unterschiedlichen Farben und Formen. Eine der bekanntesten Varianten ist hier die Box, bei der an das Mundstück ein boxförmiger Körper anschließt – dieser erinnert entfernt an ein überdimensionales Zippo-Feuerzeug. Die klassische Variante ist aber die längliche Röhre, auf die sich auch die oben genannten Größen primär beziehen²⁷. Neben diesen Standard-Looks gibt es weitere individuelle Möglichkeiten, die E-Zigarette ganz nach Ihrem Geschmack zu gestalten. Hierbei sind der Fantasie nur selten Grenzen gesetzt – Sie sollten sich aber in jedem Fall fachmännisch beraten lassen.

Zudem gibt es die E-Zigarette auch in verschiedenen Leistungskategorien. Hier sind vor allem die unterschiedlichen Spannungen, also Voltzahlen, interessant. Je höher diese Leistung liegt, desto dichter ist der Dampf. Für Neueinsteiger sind entsprechend E-Zigaretten mit einer voreingestellten Voltzahl zu empfehlen. Diese errechnen die passende Voltzahl auf der Grundlage der voreingestellten Wattzahl (also der gewünschten Leistung des Verdampfers).

Es gibt jedoch auch Varianten, in denen Sie die Voltanzahl manuell anpassen können – je nachdem, wie intensiv Sie im jeweiligen Moment dampfen wollen. Eine solche Funktion wird durch den Eintrag VV (Variable Volt) gekennzeichnet. Dies bietet sich vor allem dann an, wenn Sie in vielen unterschiedlichen Alltagssituationen zur E-Zigarette greifen möchten. Eine kurze Dampfzeit, beispielsweise in der Arbeitspause oder beim Warten auf den Bus, können Sie dann durch eine höhere Voltzahl intensiver ausnutzen. Umgekehrt können Sie längere Dampfzeiten, beispielsweise beim Entspannen auf der heimischen Couch, entsprechend leichter gestalten.²⁸

Viele Akkus können sowohl im VV als auch im VW Modus arbeiten und verfügen zudem häufig über eine Temperatursteuerung. Durch TC (Temperature Control, automatische Kontrolle) oder VT (Variable Temperature, nutzerseitige Einstellungen) wird dabei sichergestellt,



© InnoCigs | innocigs.com

dass in der E-Zigarette immer die passende Temperatur vorherrscht²⁹. Im Hinblick auf die Leistung des Verdampfers ist außerdem der Widerstand entscheidend – dieser wird in der Einheit Ohm angegeben. Je geringer dabei die Ohm-Zahl, desto mehr Strom kann fließen und desto mehr Dampf wird erzeugt. Viele Nutzer setzen daher auf einen sogenannten Subohm-Verdampfer. Durch einen Widerstand von weniger als 1 Ohm erreichen Sie damit ein intensiveres Geschmackserlebnis – auch bei niedrigeren Dosierungen im Liquid³⁰. Dies ist allerdings nur mit E-Zigaretten möglich, die ausdrücklich auf diese Art des Dampfens ausgelegt sind. Bei anderen kann es zu Kurzschlüssen oder übermäßigem Verschleiß führen. Achten Sie also beim Subohm-Dampfen darauf, dass Sie ein dafür geeignetes Gerät besitzen.³¹

Ein weiterer Unterschied ist die Beschaffenheit des Tanks beziehungsweise des Clearomizers. Heutzutage sind diese meist aus Pyrex-Glas gefertigt, was ein sauberes Einfüllen und Verdampfen des Liquids garantiert. Dank der Durchsichtigkeit kann man zudem jederzeit sehen, wie viel Liquid noch übrig ist³². Es gibt darüber hinaus auch Tanks, die aus hitzebeständigem Kunststoff bestehen. Diese werden allerdings in den letzten Jahren immer seltener verwendet.

Quellen:

²⁷ <http://www.mr-smoke.de/magazin/e-zigaretten-mods-individuell-dampfen/>

²⁸ <http://www.nox24.com/magazin/wissen/variable-watt-variable-volt-leistung-bei-e-zigaretten/>

²⁹ <http://liquid-news.com/e-zigaretten/temperaturgeregeltes-dampfen/>

³⁰ <http://www.vaperzone.de/blog/infos/sub-ohm-dampfen/>

³¹ <https://www.powercigs.net/wiki/alles-rund-um-sub-ohm>

³² http://dampfdorado.de/Welche-elektrische-Zigarette-ist-die-Richtige-fuer-mich-_-15.html



© InnoCigs | innocigs.com

2.3. Welches Zubehör gibt es?

- » **Das wichtigste Zubehör sind Akkus!**
Hier sollten Sie immer einen Ersatz parat haben.
- » **Auch das Ladekabel ist von zentraler Wichtigkeit.**

Wie bei jedem Genussmittel sollten Sie auch bei der E-Zigarette über die Anschaffung von passendem Zubehör nachdenken. Jedoch nur, wenn Sie merken, dass Sie es auch wirklich brauchen. Denn zunächst einmal reicht es aus, wenn Sie sich eines der vielen Startersets zulegen. Diese beinhalten zumeist eine komplette Ausführung der gewünschten E-Zigarette. Optional kann es an dieser Stelle Sinn machen, wenn Sie direkt in einen zweiten Akku investieren. Dadurch brauchen Sie nicht auf das Dampfen zu verzichten, wenn sich der Akku in der Ladestation befindet.

Alternativ können Sie auch auf Akkus mit sogenannter Passthrough-Funktion zurückgreifen. Diese können Sie, während Sie am Computer, Tablet oder Laptop sitzen, dauerhaft per USB-Kabel mit der Stromquelle verbinden. Dabei wird der Strom weitergeleitet und der Akku zeitgleich aufgeladen. So können Sie endlos dämpfen, ohne dass der Akku beansprucht wird³³. Denn gerade zu Beginn haben Sie vielleicht noch nicht das Auge dafür, wann

eine Aufladung angebracht wäre – auch wenn dies bei modernen Geräten mittlerweile in vielen Fällen mit Hilfe von Leuchtioden angezeigt wird.

Wenn Sie es vorziehen, Ihre E-Zigarette in der Steckdose aufzuladen, sollten Sie sich einen entsprechenden Netzadapter besorgen. Denn der Lieferumfang der Startersets beinhaltet zwar meist ein USB-Kabel, aber nicht jedem gefällt das Aufladen via Computer. Befindet sich im Starterset kein Etui für die Aufbewahrung, so sollten Sie zusätzlich über eine entsprechende Anschaffung nachdenken³⁴. Denn so können Sie die E-Zigarette auch unterwegs sicher verstauen und transportieren.

Wenn Sie nicht riskieren wollen, dass die Funktionalität Ihrer E-Zigarette einmal eingeschränkt wird, dann sollten Sie auch Dinge wie das Ladekabel und den Verdampfer in doppelter Ausführung zur Hand haben³⁵. Eine solche Anschaffung empfiehlt sich aber vor allem dann, wenn Sie sich für eine E-Zigarette entschieden haben, die Sie auch langfristig nutzen möchten.

Darüber hinaus gibt es zahlreiche andere Zubehörartikel, die sicher nicht für jedermann interessant sind. Bei Halsbändern oder Präsentiertellern ist es immer eine Frage des Geschmacks, ob sich eine entsprechende Anschaffung für Sie lohnt. Doch auf eine Sache können Sie in keinem Fall verzichten: Denn neben den Bestandteilen der E-Zigarette brauchen Sie natürlich auch noch die Füllung, also ein oder mehrere Liquids.

Quellen:

³³ http://www.dampfzeichen.de/wp/2010_08_30/der-passthrough-dampfen-ohne-akkuverschleis/

³⁴ <http://www.mr-smoke.de/innocigs-e-zigaretten-etui-carrying-case.html>

³⁵ <http://www.ezigarettentest.com/ratgeber/was-brauche-ich-wenn-ich-auf-dampfen-umsteigen-will>

3. Die Liquids

- » Es gibt zahllose Liquids für jeden Geschmack.
- » Die Wahl des Liquids personalisiert die Dampferfahrung.
- » Das Selbermischen von Liquids wird durch neue gesetzliche Richtlinien im Zuge der nationalen Umsetzungen der EU TPD2 erschwert.

Die Liquids sind der Teil, an dem Sie Ihre E-Zigarette personalisieren und ganz auf Ihren eigenen Geschmack zuschneiden können. Die Aromenvielfalt ist enorm und deckt die unterschiedlichsten Vorlieben und Geschmäcker ab.



© InnoCigs | innocigs.com

Sollten Sie sich für das Thema Selbermischen interessieren, so ist es ratsam, sich über die aktuelle Gesetzeslage zu informieren, da der Gesetzgeber dies eigentlich untersagen möchte. Derzeit ist es noch möglich, dass Sie als Dampfer Ihr eigenes aromatisches Liquid mischen. Dafür brauchen Sie lediglich ein geschmacksneutrales Liquid, dem Sie Lebensmittelaromen Ihrer Wahl zusetzen. Aber bei der breiten Auswahl und der Vielfalt an Liquids mit Tabak- oder Fruchtgeschmäckern sowie zahlreichen extravaganen Tasty Tastes ist bestimmt auch für Sie das ein oder andere Liquid dabei, das bereits ganz nach Ihrem Geschmack ist. Und zudem können Sie sich bei zertifizierten Qualitätsprodukten stets sicher sein, dass Sie wohlschmeckende Liquids aus kontrollierter Produktion und mit hochwertigen Inhaltsstoffen zu sich nehmen.

3.1. Woraus bestehen die Liquids?

- » Es gibt Liquids mit und ohne Nikotin, sowie mit und ohne destilliertem Wasser.
- » Alle Liquids enthalten Propylenglycol und pflanzliches Glycerin.
- » Der Geschmack wird durch die individuellen Aromen bestimmt.

Die in E-Zigaretten verwendeten Liquids bestehen aus mehreren Stoffen. Manche von ihnen enthalten Nikotin, während andere als nikotinfreie Varianten angeboten werden. Einige beinhalten einen gewissen Anteil an destilliertem Wasser, um die Flüssigkeit zu bewahren, wieder andere kommen hingegen ohne Wasserzusatz aus. In allen Liquids finden Sie jedoch zum einen Propylenglycol³⁶. Dies wird zur Bewahrung der Feuchtigkeit und zur Entwicklung des Dampfes eingesetzt und ist beispielsweise auch in Zahnpasta vorhanden.

Zum anderen beinhalten alle Liquids pflanzliches Glycerin. Dies ist ein Lebensmittelzusatz, der in diesem Fall zur Übertragung des Aromas genutzt wird. Beide werden als Trägersubstanzen für die weiteren Inhalte verwendet³⁷. Hinzu kommen verschiedene Aromen, die im Endeffekt den Geschmack des entsprechenden Liquids ausmachen. Diese gibt es in den unterschiedlichsten Variationen.

Dies zeigt, dass die immer wiederkehrende Panikmache bezüglich der Inhaltsstoffe von Liquids nicht ernst zu nehmen ist. Denn diese sind alle auch in zahllosen anderen herkömmlichen Produkten zu finden. Gerade im Vergleich mit der Tabakzigarette sind die Schadstoffe, die Nutzer durch den Konsum der E-Zigarette aufnehmen, verschwindend gering. Dass dies in zahllosen Presseartikeln noch immer anders – oder ohne Kontext – dargestellt wird, dürfte auf die erfolgreiche Lobbyarbeit der Pharmaindustrie zurückzuführen sein. Doch beim Dampfen gilt eine Grundregel: als ehemaliger Raucher nehmen Sie etwa 95% weniger Schadstoffe zu sich, wenn Sie auf die E-Zigarette umsteigen.³⁸

Quellen:

³⁶ <https://www.happy-liquid.com/produkt/pg-und-vg-varianten/>

³⁷ <http://www.elektrischezigaretten.com/e-liquid-mit-glycerin/>

³⁸ <http://www.vd-eh.de/ezigaretten-95-prozent-weniger-schaedlich-als-tabak/>

Die E-Zigarette ist aufgrund ihrer Zusammensetzung und ihrer Wirkmechanismen keine Gefahrenquelle, die sich mit dem Rauchen auch nur annähernd vergleichen ließe.

3.2. Was für Unterschiede gibt es?

- » **Die offensichtlichsten Unterschiede sind auf der geschmacklichen Ebene zu finden.**
- » **Die Herkunft der Liquids entscheidet oft über die Qualität und Zusammensetzung.**
- » **Wichtig ist auch die Unterscheidung zwischen nikotinfrei und nikotinhalting.**

Zunächst gibt es natürlich Unterschiede im Geschmack. Es gibt eine riesige Auswahl an Liquids mit den verschiedensten Geschmacksrichtungen – eine Auswahl finden Sie weiter unten. Während es sich hierbei jedoch um Fragen des individuellen Geschmacks handelt, sind andere Unterscheidungsmerkmale weitaus handfester.

Beispielsweise kann die Herkunft der Liquids von Interesse sein. Denn Sie sollten in jedem Fall darauf achten, dass diese aus einer kontrollierten Produktion stammen und von seriösen Händlern vertrieben werden. Denn nur so können Sie sichergehen, dass Ihr Liquid den hohen Ansprüchen genügt, die seriöse deutsche und europäische Händler an ihre Ware stellen³⁹. Hier verhält es sich wie mit den herkömmlichen Zigaretten: mindere Qualität mag zwar preislich ansprechend sein, wird aber auf lange Sicht Ihren Dampfgenuss beeinträchtigen. Informieren Sie sich also umfassend, bevor Sie sich auf dem Liquidmarkt eindecken.

Am gewichtigsten sind jedoch die Unterschiede in der Zusammensetzung der Liquids. Hier ist es vor allem von Belang, ob Sie sich für ein Liquid mit oder ohne Nikotin entscheiden. Und auch dann gibt es noch Abstufungen, was den Anteil des Nikotins betrifft. Hier dürfte es so sein, dass gerade ehemalige Raucher zunächst auf Liquids mit



© SC/InnoCigs

einer gewissen Menge an Nikotin setzen werden – Sie sollten jedoch nicht direkt mit dem Stärksten anfangen, sondern sich an die oberen Grenzen herantasten. Doch mit der Zeit haben schon viele Dampfer das Nikotin auch ganz weggelassen, um einen der zentralen Schadstoffe aus ihrem Konsum zu entfernen⁴⁰. Auch hier gilt: Es gibt Möglichkeiten für jeden Geschmack, testen Sie es einfach aus und finden Sie die Varianten, die am besten zu Ihnen passen.

3.3. Was gibt es für Geschmacksrichtungen?

- » **Von Nougat bis Apfel, von Cola bis Cappuccino – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.**
- » **Sie können die Liquids ständig austauschen und variieren.**
- » **Wahrscheinlich werden Sie sich aber mit der Zeit auf einige wenige festlegen.**

Auch für die verschiedenen Geschmacksrichtungen gilt, dass Probieren über Studieren geht. Möchten Sie auch elektronisch nicht auf den Geschmack von Tabak verzichten? Darf es etwas Menthol sein? Oder möchten Sie einmal ein Getränk verdampfen – dann stehen Ihnen beispielsweise Liquids mit Kaffee-, Cappuccino- oder Colageschmack zur Verfügung. Alternativ können Sie auch Früchte vom Apfel über die Wassermelone bis hin zur Ananas in Liquidform erwerben oder sich einem dampfenden Nachtisch wie Lebkuchen oder Tiramisu hingeben.

Quellen:

³⁹ <https://ismoker.eu/blog/liquids-kaufen-worauf-ist-zu-achten-n30>

⁴⁰ http://www.riccardo-zigarette.de/?websale8=riccardo.Deutsch&tpl=tpl_inhalt_eLiquid.htm



© SC/InnoCigs

Für experimentierfreudige Dampfer gibt es auch Varianten mit dem Geschmack von Waffeln oder starker Minze.

Sie sehen also, dass der Fantasie (fast) keine Grenzen gesetzt sind. Sie können sicher einige Monate damit zubringen, sich durch das bestehende Angebot zu testen. Und das Schöne daran ist: da Sie die Liquids Ihrer E-Zigarette jederzeit austauschen können, müssen Sie sich nicht auf eine Geschmacksrichtung festlegen. Sie können im Gegenteil ständig variieren und den Dampfgenuss Ihrer aktuellen Stimmungslage anpassen. Allgemein dürfte es aber doch so sein, dass sich nach einiger Zeit Ihre Favoriten herauskristallisieren werden.

Wichtig ist bei allen geschmacklichen Präferenzen jedoch vor allem, auf die Qualität der Liquids zu achten. Dies können Sie vor allem dadurch tun, indem Sie ausschließlich bei seriösen und vertrauenswürdigen Händlern einkaufen. Hierzu empfiehlt es sich, auf die branchenüblichen Zertifizierungen zu achten. In Europa sind hier vor allem die strengen Auflagen nach ISO Zertifikat 9001:2008 relevant. Alle Liquids, die auf der Grundlage dieser Vorschriften produziert wurden, genießen zurecht Ihr Vertrauen und können bedenkenlos genutzt werden⁴¹. Wenn Sie nun das richtige Liquid gefunden haben, können Sie endlich Ihre E-Zigarette zum Einsatz bringen – dazu bedarf es nur einigen wenigen Handgriffen.

4. Benutzung und Pflege

- » Die Bedienung und Pflege der E-Zigarette ist vergleichsweise einfach.
- » Mit ein wenig Übung gibt es keine Probleme.
- » Der Mechanismus wird durch Ihre Atmung angetrieben.

Grundsätzlich ist die Benutzung und Pflege einer E-Zigarette nicht schwer – vor allem ist es eine reine Übungssache. Bevor Sie mit dem Dampfen beginnen, sollten Sie sich also in Grundzügen mit dem Gerät vertraut machen. Wichtig ist vor allem, dass Sie nicht am Mundstück nuckeln. Der Verdampfer kann nur richtig arbeiten, wenn Sie ihn durch Ihre Atmung antreiben. Die meisten Raucher ziehen kurz und heftig, meist nicht länger als 2 Sekunden an ihrer Tabakzigarette. Diese Zugtechnik ist bei der E-Zigarette allerdings nicht anzuwenden⁴². Ganz im Gegenteil! Genießen Sie ihren aromatischen Dampf, in dem Sie ihn langsam und kontinuierlich inhalieren. Nehmen Sie sich für einen Zug bitte 5 bis 8 Sekunden Zeit. Auch beim richtigen Dampfen gilt: Übung macht den Meister. Gleiches trifft auch auf die Befüllung der E-Zigarette zu.

4.1. Wie werden Liquids eingefüllt?

- » Bei Einweg-Lösungen braucht es keine Einfüllung.
- » Bei wiederbefüllbaren E-Zigaretten werden die Liquids in kleinen Fläschchen oder Depots nachgekauft.
- » Diese werden dann durch eine Öffnung im Tank eingefüllt.

Beginnt der Dampf leicht unangenehm zu schmecken, so neigt sich der Inhalt des Depots dem Ende zu. Bei Einweg-E-Zigaretten ist dann der Moment gekommen, das aktuelle Modell zu ersetzen. Bei wiederbefüllbaren Geräten kann ein leerer Tank auf lange Sicht den Verdampfer zerstören, daher sollten Sie bei den ersten Anzeichen an das Nachfüllen denken. Die neuen Liquids können in kleinen Nachfüllflaschen erworben werden und sollten bis zu ihrem Einsatz kühl und dunkel gelagert werden.⁴³

Quellen:

⁴¹ <http://www.mr-smoke.de/liquids.html>

⁴² <http://diedampferlounge.de/e-zigarette-richtig-rauchen/>

⁴³ <https://www.e-zigarette.de/troubleshooting-problembehandlung-bei-der-e-zigarette/>

Bei E-Zigaretten-Modellen mit einem Tank wird dieser meistens vom Gerät entfernt und von unten mit Liquid befüllt. Bei anderen Varianten wird das Mundstück oder die obere Clearomizer-Einheit entfernt, sodass Sie den Tank sehr komfortabel von oben befüllen können ⁴⁴. Die Liquidfläschchen verfügen in der Regel über eine schlanke Dosierspitze, mit der das Einfüllen ganz unkompliziert und kleckerfrei vollzogen werden kann.

Bei der Auffüllung müssen Sie darauf achten, nicht zu viel Liquid einzugeben. Bei einer Überfüllung sollten Sie die E-Zigarette einer sorgfältigen Reinigung unterziehen ⁴⁵.

4.2. Wie werden E-Zigaretten gereinigt?

- » **Meist reicht es, den Tank und Verdampfer auszuwischen oder mit klarem Wasser auszuspülen.**
- » **Die E-Zigarette in Alkohol einlegen oder auszuspusten ist nicht mehr zeitgemäß.**
- » **Das wichtigste ist, die E-Zigarette pfleglich zu behandeln.**

Wenn Sie Ihre E-Zigarette reinigen wollen, dann sollten Sie sich vor allem auf den Tank konzentrieren. Hier ist es kein Problem, die entsprechenden Einzelteile auseinanderzuschrauben. Beim Liquidtank ist es ausreichend, wenn Sie ihn bei jedem Befüllen kurz mit einem Taschentuch oder dem Papier einer Küchenrolle auswischen. Sie können ihn auch mit klarem Wasser ausspülen und anschließend trocken wischen. Unter diesen Voraussetzungen sollten hier keine Probleme auftreten. Und wenn Sie schon dabei sind, können Sie auch die Seiten des Akkus trocken abwischen.

Den Clearomizer in Alkohol einzulegen oder auszuspusten sind hingegen veraltete Techniken. Auch aufgrund der preislichen Entwicklungen am Markt ist es hier oft einfacher und effizienter, den Clearomizer einfach nach einiger Zeit durch einen neuen zu erset-

zen. Grundsätzlich gilt jedoch: pflegen Sie Ihre E-Zigarette, wie Sie es auch mit anderen elektronischen Geräten tun. Seien Sie vorsichtig beim Auf- und Zuschrauben. Laden Sie sie immer richtig auf. Und vor allem: Verhindern Sie, dass die E-Zigarette großer Hitze oder gar Feuchtigkeit ausgesetzt ist. So können Sie dafür sorgen, dass Ihre E-Zigarette eine möglichst lange Lebensdauer aufweisen wird. ⁴⁶



© SC/InnoCigs

5. Kosten

- » **Die Kosten halten sich meist im Rahmen von 25–75 Euro.**
- » **Wenn Sie viel dampfen, können Sie gegenüber der Tabakzigarette deutlich sparen.**
- » **Gerade bei Liquids lohnt es sich, wenn Sie die Preise vergleichen.**

Da es sich bei der E-Zigarette um ein elektrisches Gerät handelt, denken Sie nun vielleicht, dass sie in der Anschaffung und Pflege sehr teuer sein muss. Doch das ist nur selten der Fall und hängt meist von Ihrem Vorgehen ab. Oft ist die E-Zigarette sogar die kostengünstigere Alternative im Vergleich zur herkömmlichen Zigarette. Dies gilt vor allem dann, wenn Sie die oben beschriebenen Tipps zur Wartung und Pflege beachten.

Quellen:

⁴⁴ <http://www.mr-smoke.de/magazin/e-zigarette-befuellen-anleitung-fuer-tank-systeme-und-clearomizer/>

⁴⁵ <http://www.mr-smoke.de/magazin/alles-sie-schon-immer-ueber-e-liquids-wissen-wollten/>

⁴⁶ <http://www.mr-smoke.de/magazin/e-zigaretten-liquid-pflege-tipps/>

Hier sollten Sie immer vor allem eines tun: vergleichen. Denn gerade bei den Liquids gibt es zum Teil erhebliche Preisspannen. Aber auch bei der Erstsanschaffung müssen Sie keine horrenden Summen ausgeben – gerade für Beginner reicht oft auch ein Einsteigermodell. Wenn Sie es geschickt anstellen, dann sollte das Dampfen also kein allzu kostspieliger Genuss sein. Statistiken zeigen, dass ein Großteil der Konsumenten weniger als 25 Euro im Monat investiert. Doch auch bei intensiver Nutzung sollten die monatlichen Kosten die 75 Euro-Marke nur selten überschreiten. Hierbei sind wiederkehrende Kosten für Ersatzteile bereits mit einberechnet.⁴⁷

Das bedeutet, dass gerade ehemalige Raucher mit der E-Zigarette viel Geld sparen können. Denn lediglich die Liquids müssen regelmäßig nachgekauft werden – und diese sind bei Weitem kostengünstiger als Tabakzigaretten. Sollten Sie aus finanziellen Überlegungen heraus den Erwerb einer E-Zigarette erwägen, so kann sich das als durchaus lohnenswert herausstellen. Denn die Preise sind auf diesem Gebiet immer noch vergleichsweise moderat – und eine Änderung dieses Zustandes ist aktuell nicht in Sicht.



© Romolo Tavani | Fotolia.com

6. Zahlen und Fakten

- » Informationen finden Sie vor allem Online.
- » Der Umsatz mit und die Bekanntheit von E-Zigaretten wachsen stetig.
- » Die meisten Dampfer verzichten völlig auf den Konsum von Tabak.

Die folgenden Zahlen und Fakten sollen Ihnen einen Überblick über den aktuellen statistischen Forschungs- und Wissensstand im Hinblick auf die E-Zigarette bieten. Sie stammen aus verschiedenen aktuellen Studien zum Thema Dampfen aus dem deutschen Raum.

6.1. Wo findet man neue Informationen über E-Zigaretten?

Wenn Sie auf der Suche nach Informationen zur E-Zigarette sind, so können Sie auf eine gewachsene und hilfsbereite Community vertrauen. Diese ist vor allem online in den entsprechenden Szeneforen und den einschlägigen sozialen Netzwerken wie Facebook unterwegs. Und auch auf YouTube gibt es zahllose hilfreiche Video-Tutorials, die Ihnen sicher weiterhelfen können. Im Internet lassen sich daher sicher alle Ihre Detailfragen freundlich und kompetent beantworten – und das von erfahrenen Dampfern, die bestimmt auch einmal in derselben Situation waren wie Sie. Doch auch auf den vielen informativen Themenseiten, die sich voll und ganz dem Dampfen widmen, können Sie die Antworten auf viele Fragen erhalten.

Ein Gespräch mit anderen Dampfern, welches nicht über das Internet, sondern auf persönlicher Ebene stattfindet, ergibt sich vor allem dann, wenn Sie Dampfer im Bekanntenkreis haben oder diese bei einem Dampferstammtisch kennenlernen. Und wenn Sie eine persönliche Beratung vom Fachmann wünschen, dann können Sie einen der zahlreichen spezialisierten Dampfshops aufsuchen. Es gibt also zahlreiche Möglichkeiten, um vertiefte Einblicke in die Welt des Dampfens zu erhalten.⁴⁸

Quellen:

⁴⁷ <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/423024/umfrage/umfrage-zu-ausgaben-fuer-e-zigarettenbedarf-in-deutschland/>

⁴⁸ <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/423195/umfrage/informationsquellen-fuer-e-zigaretten-in-der-d-a-ch-region/>

6.2. Wie viel Umsatz wird mit E-Zigaretten in Deutschland gemacht?

Der Umsatz mit E-Zigaretten in Deutschland ist im stetigen Wachstum begriffen. Noch 2010 wurden gerade einmal etwa 5 Millionen Euro mit E-Zigaretten eingenommen. 2012 wurden bereits 70 Millionen Euro umgesetzt, was einen enormen Anstieg in kurzer Zeit bedeutet. Im Jahr 2015 wurde dann bereits die Schallmauer von 200 Millionen Euro Jahresumsatz erreicht. Und dieser Trend scheint auch in Zukunft nicht abzuebben, denn auch für das Jahr 2016 wird ein weiterer Anstieg erwartet.

Diese Zahlen verdeutlichen, dass die Erfolgsgeschichte der E-Zigarette in Deutschland unaufhaltsam weitergeht. Raucher, die ihr Laster loswerden möchten, wechseln zur gesünderen Alternative. Daher ist davon auszugehen, dass das Wachstum auf dem E-Zigaretten-Markt auch in den nächsten Jahren exponentiell stattfinden wird.

6.3. Wie viel wird monatlich für das Dampfen mit der E-Zigarette ausgegeben?

Sicher ist für Sie auch interessant, mit welchen Ausgaben Sie als Dampfer monatlich in etwa rechnen müssen. Laut einer aktuellen Umfrage geben ein Drittel aller Dampfer weniger als 25 Euro pro Monat für ihre Genussmittel aus. Weitere 45% bewegen sich zwischen 25 und 75 Euro. Damit sind die Ausgaben in einem überschaubaren Rahmen – und meist niedriger, als wenn Sie eine vergleichbare Menge Tabakzigaretten konsumieren würden. Nur wenige Nutzer machen das Dampfen zu ihrem Premiumgenuss und bezahlen mehr als das – aber natürlich gibt es auch hier leidenschaftliche Experten, die mehr als 200 oder gar 300 Euro im Monat für das Dampfen ausgeben. Diese gehören aber einer absoluten Minderheit an und sind daher nicht repräsentativ für Konsumenten, welche die E-Zigarette als privates Genussmittel ansehen.⁵⁰

6.4. Wie bekannt ist die E-Zigarette bei Rauchern in den unterschiedlichen Altersstufen?

Der Bekanntheitsgrad der E-Zigarette hat sich in den letzten Jahren bei erwachsenen Konsumenten deutlich erhöht. In allen Altersklassen über 18 Jahren wird deutlich, dass die Akzeptanz des Dampfens unter Rauchern deutlich ansteigt – und damit auch das Interesse an der E-Zigarette. Denn selbst viele eingeschworene Raucher zeigen mittlerweile, dass sie der elektronischen Alternative zu ihrem Laster deutlich mehr Interesse und Vertrauen entgegenbringen als noch vor zwei oder drei Jahren. Ein Grund hierfür ist auch die Aufklärung zu Themen wie Harm Reduction und Gateway-Effekt, welche die E-Zigarette als das zeigen, was sie wirklich ist: die weniger schädliche Alternative zum Rauchen.⁵¹

6.5. Wie viele Raucher verzichten auf Tabak?

Es scheint, dass, wer einmal von der Zigarette auf die E-Zigarette umsteigt, selten zurückkehrt. Mehr als 70% der Befragten einer Studie geben an, sich ausschließlich auf das Dampfen zu konzentrieren. Dies zeigt, dass ehemalige Raucher es zu schätzen wissen, dass sie nun eine weniger gesundheitsgefährdende, günstigere und teilweise auch nikotinfreie Alternative nutzen können. Nur jeweils etwa 7% dampfen parallel zum Tabakkonsum, und noch einmal 7% machen es vom Ort des Geschehens abhängig, ob sie rauchen oder dampfen. Die E-Zigarette wird also ein immer wichtigeres Genussmittel in Deutschland – damit folgen wir dem vorherrschenden Trend aus den USA und Großbritannien, wo das Dampfen ebenfalls immer beliebter wird und einen zentralen Wachstumsmarkt darstellt.⁵²

Quellen:

⁵⁰ <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/423024/umfrage/umfrage-zu-ausgaben-fuer-e-zigarettenbedarf-in-deutschland/>

⁵¹ <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/423097/umfrage/bekanntheitsgrad-von-e-zigaretten-unter-rauchern-in-deutschland/>

⁵² <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/422997/umfrage/umfrage-zum-vollstaendigen-oder-teilweisen-wechsel-zu-e-zigaretten-in-deutschland/>