

## Unser Thema: Shisha-Rauchen

Hinter dem heute insbesondere bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen bekannten Begriff „Shisha“ verbirgt sich nichts anderes als eine Wasserpfeife. Wasserpfeifen – oder eben „Shishas“ – erfreuen sich in den letzten Jahren einer stetig steigenden Beliebtheit bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Während die Zahl der jugendlichen Raucher laut Untersuchungen rückläufig ist, wächst die Zahl der Shisha-Raucher bei den 12- bis 17-Jährigen zunehmend an. Brachte man Wasserpfeifen vor Jahren noch überwiegend mit dem illegalen Konsum von Cannabis in Zusammenhang, steht heute das Rauchen von legalem Tabak im Vordergrund (wobei es natürlich nach wie vor auch das Cannabisrauchen mittels einer Shisha gibt!).

### Was macht den Reiz des Shisharauchens aus?

- Shishas haftet etwas Fremdes, Orientalisches und somit auch Exotisches an; insbesondere auf Jugendliche wirkt das sehr anziehend.
- Der durch das Wasser gekühlte Rauch kratzt nicht im Hals und schmeckt nicht wie Zigarettenrauch – häufig wird Shisha-Rauchen daher gar nicht als Rauchen angesehen.
- Geschmacksrichtungen wie z.B. Melone, Cappuccino, Minze oder Wildfrucht locken und schmecken vor allem auch Mädchen.
- Shishas raucht man selten alleine, so dass häufig das erlebte Gemeinschaftsgefühl zusätzlich positiv bewertet wird.

### Warum ist Shisha-Rauchen so gefährlich?

- Zunächst einmal: Alle negativen Folgen des Zigarettenrauchens treten auch – und teilweise verstärkt – beim Shisha-Rauchen auf. Doch im Einzelnen:
- Schadstoffe: Über den Shisha-Rauch werden größere Mengen Schadstoffe, wie z.B. Teer und Kohlenmonoxid aufgenommen. Ebenfalls sind krebsauslösende Stoffe wie Arsen, Chrom und Nickel nachgewiesen.
- Suchtgefahr: Die Nikotinkonzentration im Blut nach dem Shisha-Rauchen ist enorm hoch – Nikotin ist der Suchtstoff beim Rauchen.
- Einstieg ins Rauchen: Die Shisha lockt bereits jüngere Jugendliche. Diese empfinden Zigarettenrauch häufig als eklig (kratzt im Hals, ist heiß, schmeckt nicht)! Bei der Shisha ist das anders.
- Infektionsgefahren: durch kreisende Mundstücke, z.B. Herpes, Hepatitis etc.

### Was können Eltern tun?

- ✓ Shisha-Rauchen wurde lange Zeit verharmlost. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Risiken und Gefahren des Shisha-Rauchens!

- ✓ Viele Jugendliche sehen sich als Nichtraucher, obwohl sie regelmäßig Shisha-Rauchen. Zeigen Sie Ihrem Kind diesen Widerspruch auf!
- ✓ Je jünger das Kind, desto schwerwiegender die Folgen des Rauchens. Erklären Sie Ihrem Kind, warum sie wollen, dass es nicht (Shisha)raucht!
- ✓ Wenn Sie selbst rauchen, erklären Sie Ihrem Kind, dass das Rauchen Ihnen nicht zu mehr Beliebtheit geholfen hat, sondern zu einem Suchtverhalten führt.

jugendschutz aktuell ist eine gemeinsame Artikelreihe der Waldhaus-Jugendreferate im Kreis Böblingen und Calw. Für Anregungen und Themenvorschläge wenden Sie sich bitte an Ihr Stadtjugendreferat (Tel.: 07051/9340-81).



## **jugendschutz aktuell – jugendschutz aktuell - jugendschutz aktuell**