

Ist die Verwendung von E-Zigaretten eine wirksame und sichere Methode zur Raucherentwöhnung?

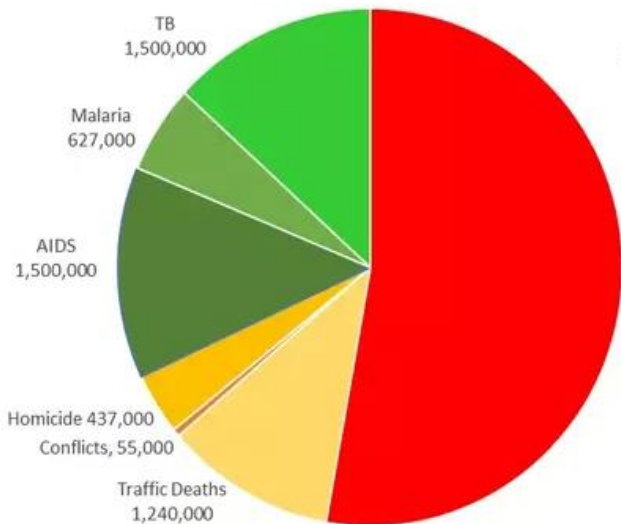
Charlotta Pisinger

Professor für Tabak- und Nikotinprävention
Universität von Süddänemark
Zentrum für klinische Forschung und Prävention



Ich habe keine Interessenkonflikte

ANNUAL GLOBAL PREVENTABLE DEATHS



SMOKING:
6,000,000



Cancers

- Oropharynx
- Larynx
- Esophagus
- Trachea, bronchus, and lung
- Acute myeloid leukemia
- Stomach
- Liver
- Pancreas
- Kidney and ureter
- Cervix
- Bladder
- Colorectal

Chronic Diseases

- Stroke
- Blindness, cataracts, **age-related macular degeneration**
- Congenital defects—maternal smoking: orofacial clefts**
- Periodontitis
- Aortic aneurysm, early abdominal aortic atherosclerosis in young adults
- Coronary heart disease
- Pneumonia
- Atherosclerotic peripheral vascular disease
- Chronic obstructive pulmonary disease, **tuberculosis**, asthma, and other respiratory effects
- Diabetes**
- Reproductive effects in women (including reduced fertility)
- Hip fractures
- Ectopic pregnancy**
- Male sexual function—erectile dysfunction**
- Rheumatoid arthritis**
- Immune function**
- Overall diminished health



How e-cigarettes changed my life

Demand for electronic cigarettes is booming, but experts are not convinced they help people to quit smoking. Whatever the case, I am still



"Mit dem Rauchen aufzuhören war das Einfachste, was ich je gemacht habe, dank der elektronischen Zigaretten".

▲ For Stephanie Rafanelli e-cigarettes were an electric lightbulb moment in the struggle to give up tobacco. Photograph: Linda Nylind for the Guardian

It all started quite early on. My first words, uttered with a not-so-cherubic look on my face and a strange baby puffing sound, were: "Light! Light!" It was as if I had come out of the birth canal sucking not on my thumb, but a mini-Marlboro. Much excitement and hand-

How the Electronic Cigarette Changed My Life

FOR TRAIL

the Electronic Cigarette Changed My Life

oking when I
l. Growing up
orhood in
everyone
had its pluses
ong lost
d of mine
d got me
d got me
ttes. At first I
e, but before I
haling, and
I would get to have my next smoke.
n notice cigarettes taking over my entire life. It
pretty soon I was making plans to sneak out to



Growing up, you could smoke at work, in res pretty much wherever you wanted, and it seeme smoked around me, too. But now, tons of people was banned everywhere, it was way too expens could stand the smell of you around them, and yr to planning, scheming, and wondering when you your next smoke, using gum and something to h; smell, and it was taking more and more time and I wanted to quit, but everything I tried didn't wo believe these stupid cigarettes were so impossib the health issues started, one after another. I w tails on the health issues, but I knew I had to fin quit, but still couldn't.

When the digital electronic cigarette first car given them a try, but they weren't very good, dic por, didn't taste anything like a real analog cigar

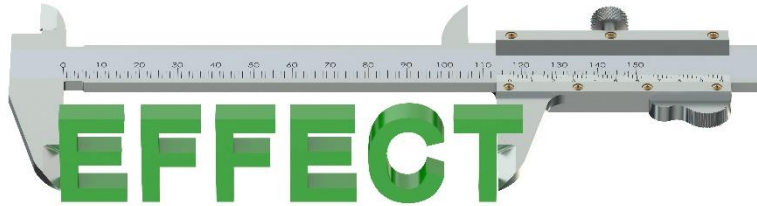
LEADER REPORT

Vaping saved my life

Toni Brown - 11:00, Mar 30 2017



2 Faktoren sind wichtig, bevor eine Therapie empfohlen wird



Sicherheit

DIE WIRKUNG



Randomisierte kontrollierte Studien
- Klinisches
Umfeld/Forschungszentren/Klinik
für Raucherentwöhnung



Beobachtungsstudien
-Reale Welt

Studien aus der Praxis



Systematische Überprüfungen von Längsschnittstudien:

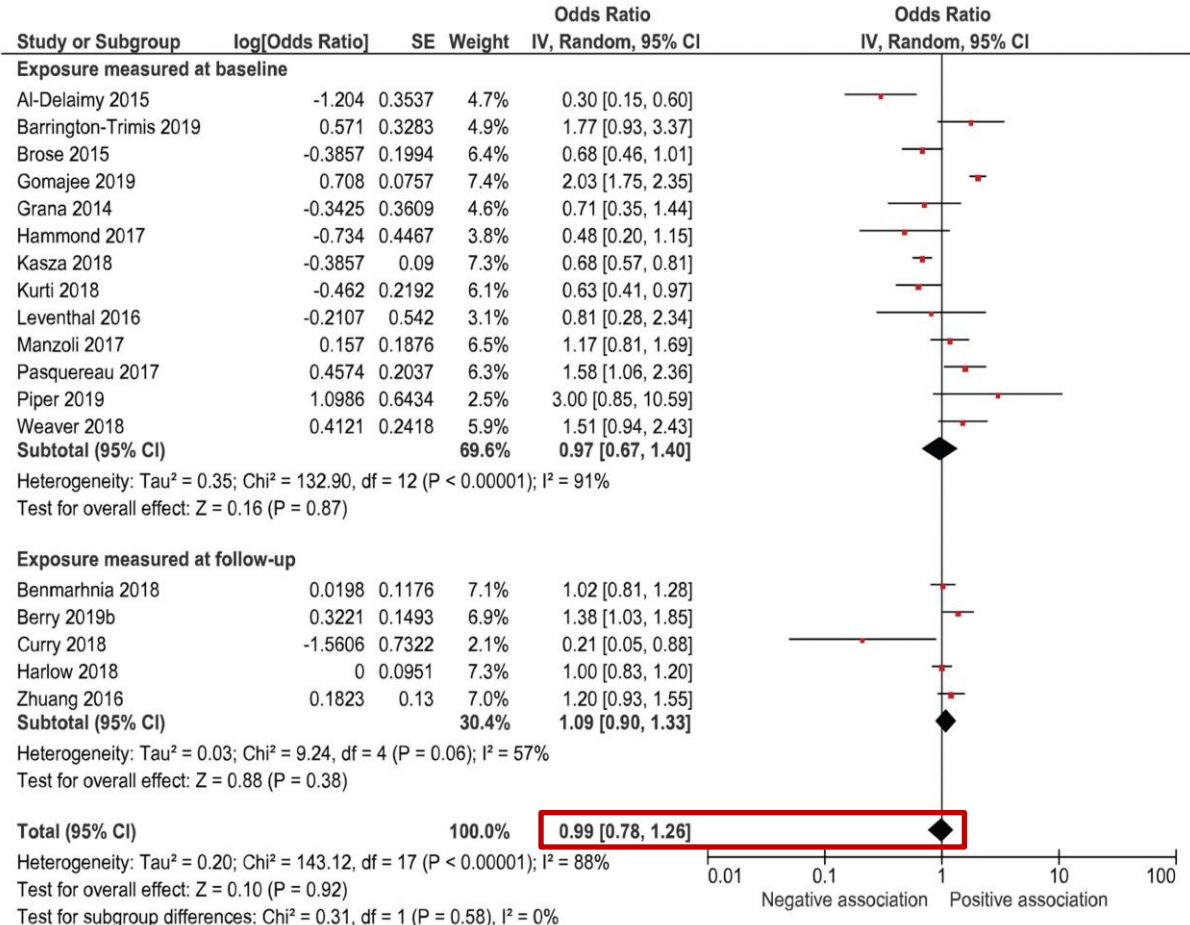
- Die Verwendung von E-Zigaretten in einer realen Umgebung hilft Rauchern nicht, mit dem Rauchen aufzuhören
 - Könnte bei täglichem Gebrauch wirksam sein
 - Aber die meisten verwenden E-Zigaretten als Konsum-/Lifestyle-Produkt
 - Geringe Evidenz

Wang RJ et al. Am J Public Health 2021 February; 111(2): 230-246.

Hedman L et al. Tob. Prev. Cessation 2021;7(Oktober):62

Beispiel für eine Überprüfung von Beobachtungsstudien

- 18 Studien
- Fast 40.000 Raucher
- Nachbeobachtungszeit: 6 Monate bis 4 Jahre
- Meistens: keine Informationen über die Motivation der Teilnehmer zum Aufhören
- Der Konsum von E-Zigaretten wurde nicht mit Abstinenz in Verbindung gebracht



Verhaltensbezogener Teil

Psychologische
Abhängigkeit



**Nikotin-
abhängigkeit**

Chemischer Teil

Körperliche Abhängigkeit

Beratung



Psychologische
Abhängigkeit

**Beste
Behandlung**



Cytisin



Vareniclin



Bupropion



Körperliche Abhängigkeit

**Nikotinersatz-
Kombinationstherapie**





[Home](#) > [News](#) > [E-cigarettes are more effective than nicotine-replacement therapy in helping smokers quit](#)

E-cigarettes are more effective than nicotine-replacement therapy in helping smokers quit

PUBLISHED
17 NOV 2022

SHARE THIS



[HEALTH](#) | [MEDICAL SCIENCES](#) | [RESEARCH](#)

The latest Cochrane Review finds high certainty evidence that nicotine e-cigarettes are more effective than traditional nicotine-replacement therapy (NRT) in helping people quit smoking.

Oxford co-led study finds Britons in favour of EDI initiatives but with renewed approach

23 MAR 2024



Major new project will harness AI to transform how zero-emission buildings are designed

22 MAR 2024



New funding for development of world's first lung cancer vaccine

22 MAR 2024



AI ethics are ignoring children, say Oxford researchers

21 MAR 2024



New study highlights troubling trends in midlife mortality in the US and UK

21 MAR 2024

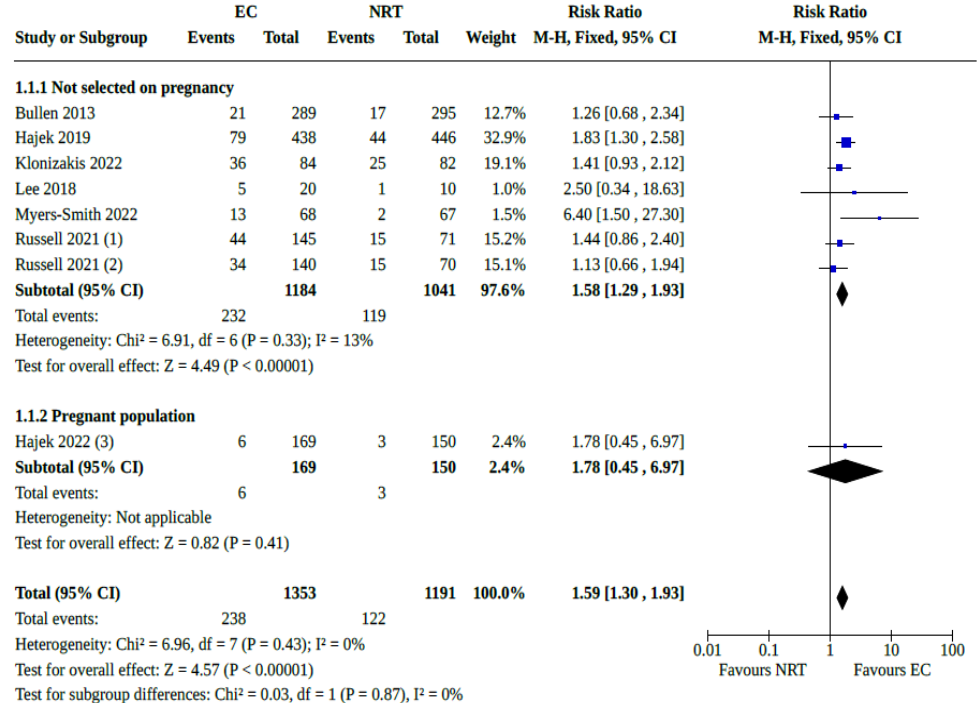


DISCOVER MORE

- [Support Oxford's research](#)
- [Partner with Oxford on research](#)

Klinisches Setting: Vergleich mit Nikotinersatztherapie (Cochrane-Review)

- 8 Studien eingeschlossen
- 60% höhere Wahrscheinlichkeit, mit E-Zigaretten aufzuhören als mit NRT
 - bedeutsam
- Beweise als HOCH eingestuft



Klinisches Setting: Vergleich mit einer Nikotinersatztherapie (andere aktuelle Studien)

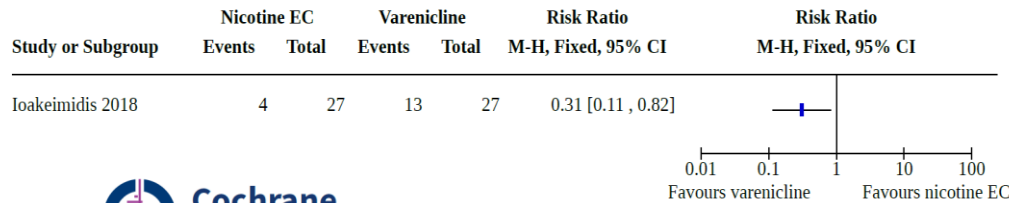


	Land	Min. 6 Monate Follow-up	Studien mit COI ausgeschlossen	Unveröffentlichte Studien eingeschlossen	Anzahl der Studien	Risikoverhältnis (RR) (95% CI)	Grad der Evidenz
Lindson N (Cochrane)	UK	Ja	Nein	Ja	8	1.59 (1.29 -1.93)	Hoch
Chan GCK	Australien	Nein	Nein	Nein	4	1.49 (1.09-2.04)	Nicht bewertet
Pfund CM	Kanada	Nein	Nein	Nein	5	1.42 (0.97-2.09)	Niedrig
Li J	China	Ja	Nein	Nein	5	1.67 (1.21-2.28)	Niedrig
Grabovac I	Österreich	Nein	Nein	Nein	3	1.69 (1.25-2.27)	Niedrig
Quigley J	Irland	Ja	Nein	Nein	8	1.17 (0.66-1.86)	Niedrig
Vanderkam	Frankreich	Ja	Nein	Nein	3	1.49 (1.14-1.95)	Nicht bewertet
Banken E	Australien	Ja	Ja	Nein	3	1.25 (0.74-2.11)	Niedrig

Seit 2021 veröffentlichte Bewertungen

Klinisches Umfeld: Vergleich mit Vareniclin oder Cytisin oder Bupropion

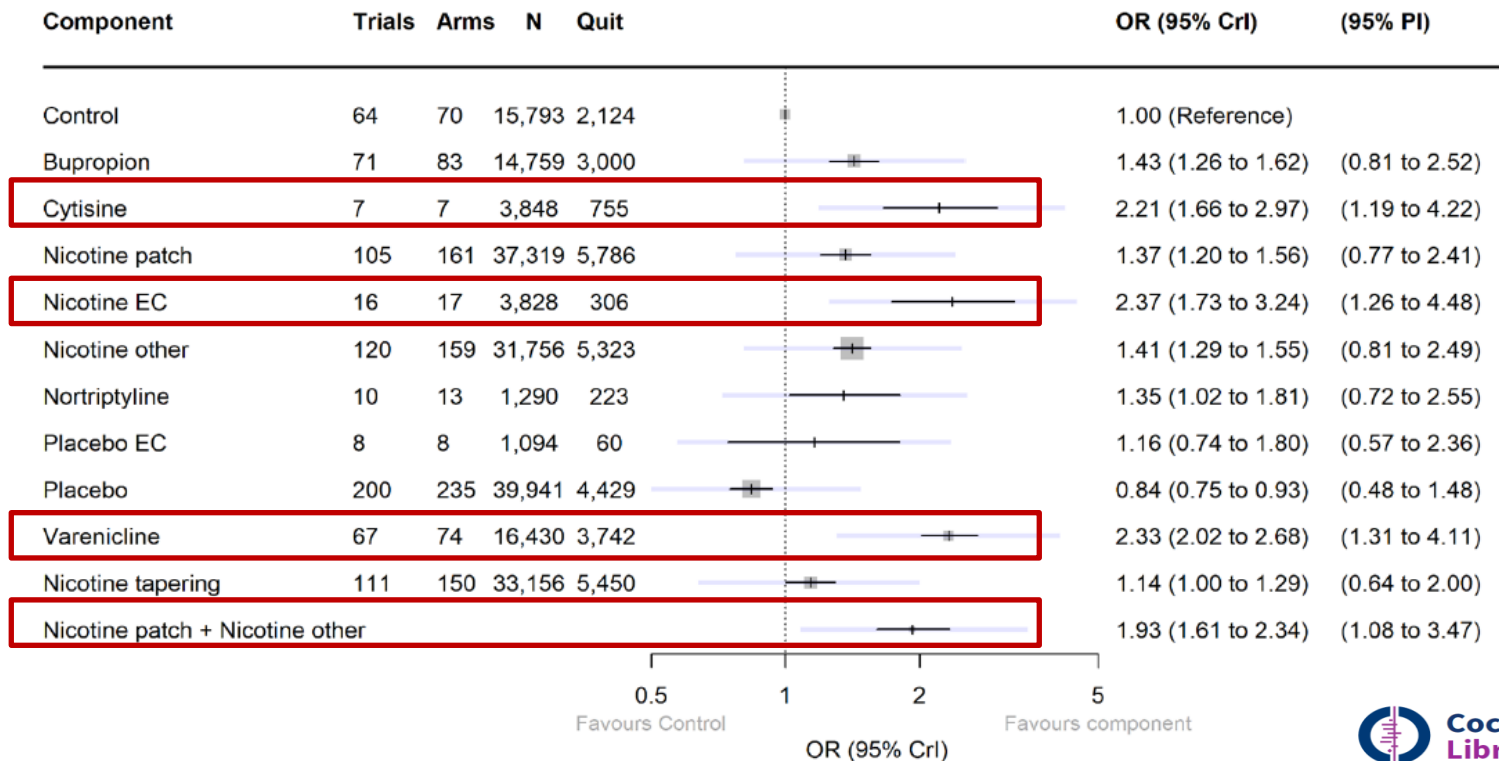
- 1 kleine Vareniclin-Studie
- Vareniclin deutlich besser
- Evidenz wird als: sehr gering eingestuft



- E-Zigaretten + Vareniclin vs. Vareniclin
- Die Studie wurde aufgrund von COVID-19-Beschränkungen und einem Vareniclin-Rückruf vorzeitig abgebrochen.

Tattan-Birch et al. Nicotine and Tobacco Research, 2023, 25, 395-403

Cochrane-Review: Vergleich mit Placebo/keiner Behandlung



Cochrane-Review: Die gleiche Wirkung von E-Zigaretten und Pharmakotherapie

Vareniclin



E-Zigarette



Cytisin



Nikotinersatz-Kombinationstherapie

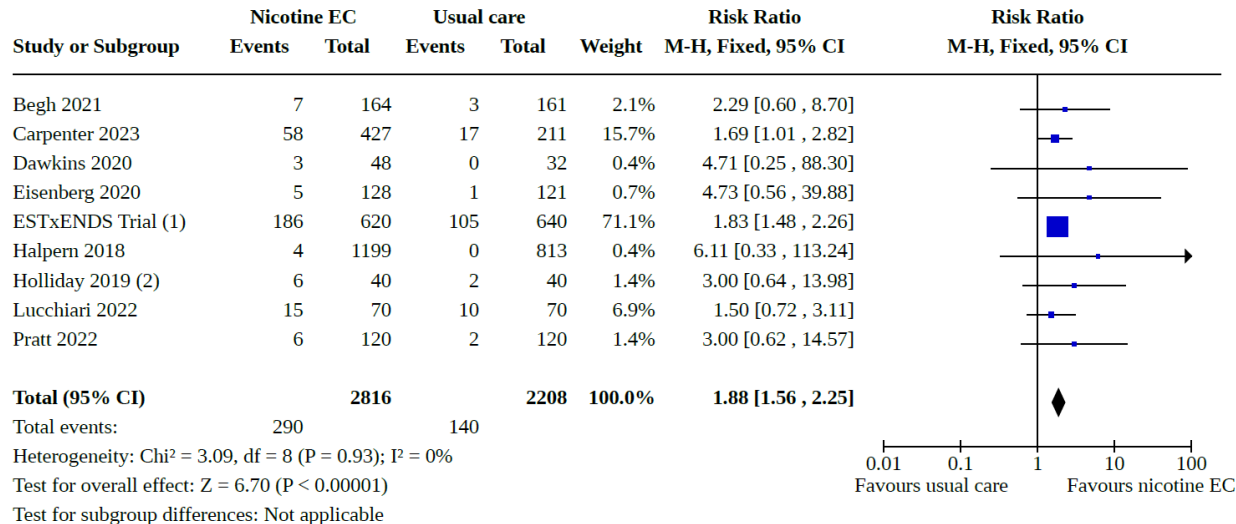


Bupropion



Klinisches Setting: Vergleich mit Beratung oder ohne Unterstützung

- 7 Studien eingeschlossen
- Fast 2-mal höhere Wahrscheinlichkeit, mit E-Zigaretten aufzuhören
 - bedeutsam
- Beweise werden als NIEDRIG eingestuft



Wechseln heisst nicht aufgeben



70 % der Teilnehmer benutzten nach 6-12 Monaten weiterhin E-Zigaretten

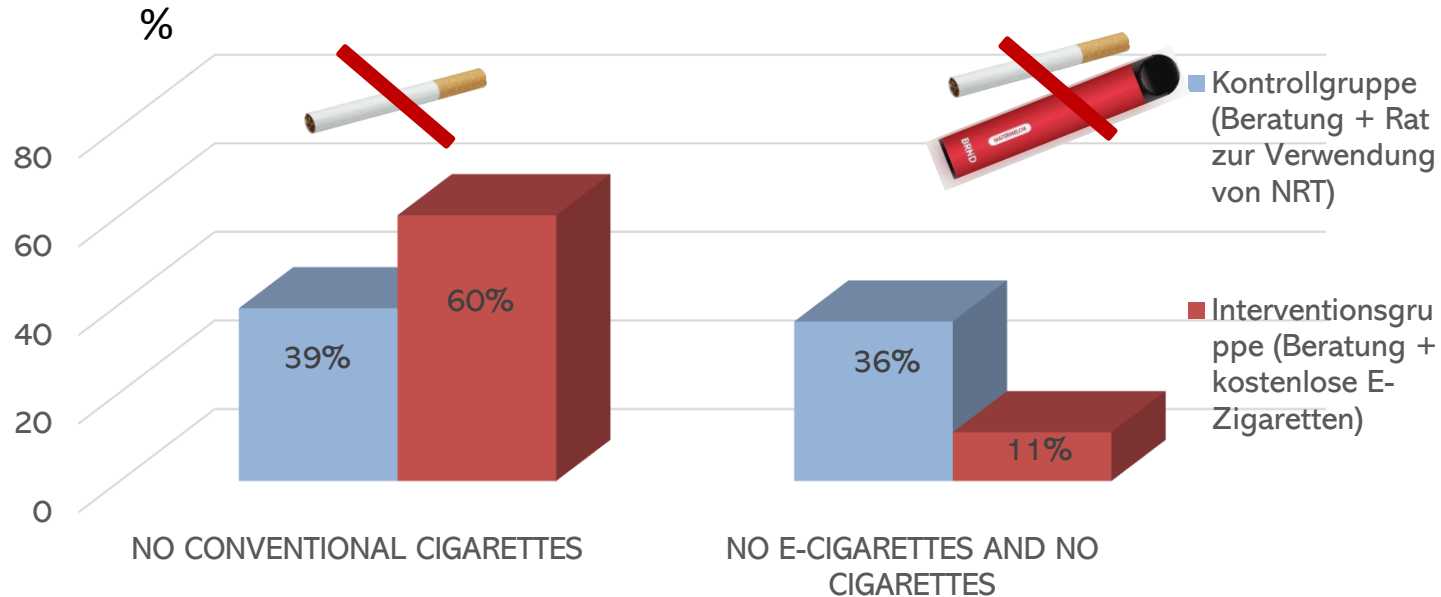
- nicht von der Sucht befreit
- nicht die gesundheitlichen Vorteile des Aufhörens
- im günstigsten Fall: Verringerung der Gesundheitsschäden

Butler AR et al. Prev Med 2022;165

Neue Studie zur Raucherentwöhnung mit E-Zigaretten

Auer 2024

Selbstbericht über den Konsum nach 6 Monaten



... wichtige Dinge zu beachten

- Ausgewählte Personen nehmen an klinischen Studien teil
 - Mehr Motivation zum Aufhören
 - Gesünder
 - Jüngere



- Den Nutzern wurde auch Beratung angeboten

... wichtige Dinge zu beachten

- Generell: niedrige Aufhorquoten bei E-Zigaretten
 - In der Regel kundigen nur 10-20 %.



DIE SICHERHEIT

Sicherheitserwägungen: empfohlene Dauer der Anwendung

Kurzfristige
Nutzung

Vareniclin



Cytisin



Bupropion



Nikotinersatz-
Kombinationstherapie



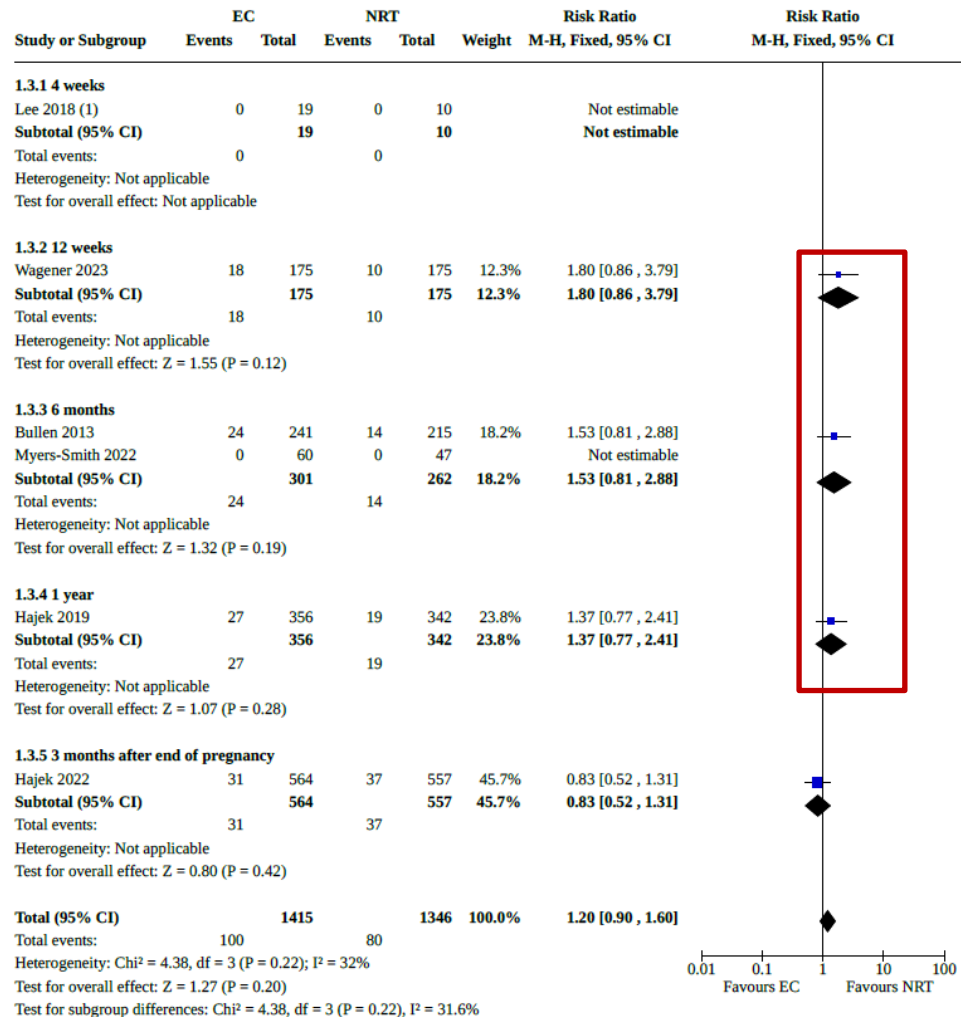
Langfristige
Nutzung

E-Zigarette



Schwerwiegende unerwünschte Ereignisse in Studien zur Raucherentwöhnung

- 1 Jahr Follow-up oder kürzer
- Kein signifikanter Unterschied zwischen NRT und E-Zigaretten in Studien
- Aber eine Tendenz zu einem höheren Risiko bei E-Zigaretten-Nutzern, außer in einer Schwangerschaftsstudie



Sicherheitserwägungen: Unerwünschte Ereignisse

Wenig

Nikotinersatz-
Kombinationstherapie



Cytisin



Einige

Vareniclin



Bupropion



Einige auf kurze
Sicht

E-Zigarette



Aber was ist mit
den langfristigen
Auswirkungen?



Public Health
England

E-cigarettes

Current evidence

Are E-cigs safe?

E-cigarettes are significantly less harmful (95%) to health than smoking tobacco

Twitter

WORLD VAPE DAY
— 30 MAY 2020 —

Vaping is NOT smoking.
It's at least 95% less harmful.

Tobacco Harm Reduction is a human right
#WorldVapeDay #SayYesToTHR

Facebook

95%
LESS HARMFUL

Hale Vaping - Research by Public Health England
that vaping is a staggering 95% less harmful

Facebook

VAPING
95% less harmful than
SMOKING

Lebanon Vape Zone

E-cigarettes are 95% less harmful than... - Lebanon Vape Zone | Facebook

Twitter

VAPING IS
95% LESS HARMFUL
THAN SMOKING

*Public Health England

April
2022
Vaping Awareness Month

T-Juice on Twitter: "Did you know... Vaping is 95% less harmful than smoking! *publichealthengland..."

Besog

Hintergrundforschungspapier für den PHE-Bericht



GLOBAL NETWORK
FOR TOBACCO FREE
HEALTHCARE SERVICES

Research Report

European
Addiction
Research

Eur Addict Res 2014;20:218–225
DOI: [10.1159/000360220](https://doi.org/10.1159/000360220)

Received: December 23, 2013
Accepted: January 30, 2014
Published online: April 3, 2014

A limitation of this study is the lack of hard evidence for the harms of most products on most of the criteria.

David J. Nutt^a Lawrence D. Phillips^b David Balfour^f H. Valerie Curran^c
Martin Dockrell^d Jonathan Foulds^h Karl Fagerstromⁱ Kgosi Letlape^k
Anders Milton^j Riccardo Polosa^l John Ramsey^e David Sweanor^g

^aImperial College London, UK; ^bDepartment of Management, London School of Economics and Political Science, and Facilitations Ltd., UK; ^cUniversity College London, UK; ^dAction on Smoking and Health London, UK; ^eTICTAC Communications Ltd. at St. George's, University of London, London, UK; ^fUniversity of Dundee, Dundee, UK; ^gFaculty of Law, University of Ottawa, Ottawa, Canada; ^hPennsylvania State University, College of Medicine, Hershey Pa., USA; ⁱFagerström Consulting, Vaxholm, Sweden; ^jWorld Medical Association, Milton Consulting, Stockholm, Sweden; ^kWorld Medical Association, Johannesburg, South Africa; ^lCentre for the Prevention and Cure of Tobacco Use, University of Catania, Catania, Italy

Einige der Autoren haben einen Interessenkonflikt mit der Tabakindustrie



Public Health
England

E-cigarettes

Current evidence

Are E-cigs safe?

Aktualisierung im Jahr 2022

"...wir glauben, dass die Schätzung 'mindestens 95 % weniger schädlich' **zumindest über kurz- und mittelfristige Zeiträume** weitgehend zutreffend bleibt" (<ein Jahr)

Kurzfristige experimentelle Studien

- Einige Kurzzeitstudien zeigen mögliche gesundheitliche Vorteile einer Umstellung
- Beispiel:
- 186 Teilnehmer
- **6 Wochen** randomisierte kontrollierte Studie
 - Intervention: E-Zigarette mit Aromen, 5% Nikotin + kurze Aufklärung
 - Kontrolle: weiter rauchen
- Ergebnisse:
 - E-Zigaretten-Gruppe: signifikant stärkere Verringerung von NNAL (Karzinogen), Kohlenmonoxid und Atemwegssymptomen





30-60 Jahre



Keine Studien mit ausreichend langer Nachbeobachtung



- Die umfassendsten Bewertungen:
- NASEM-Bericht. US 2018
- Australischer Bericht. 2022
- + 189 Studien
- Gesundheitliche Ergebnisse
- Nur Studien am Menschen
- *"Die Auswirkungen von E-Zigaretten auf wichtige klinische Gesundheitsergebnisse (...) sind nicht bekannt, da es an zuverlässigen Beweisen mangelt."*

Banks E. et al. Electronic cigarettes and health outcomes: systematic review of global evidence. Bericht für das australische Gesundheitsministerium. 2022

Health outcome	Meta-analyses	Randomised controlled trial	Cohort study	Non-randomised intervention study	Case-control study	Surveillance report	Cross-sectional survey	Case series	Case report
Dependence and abuse liability		13 7/6	1 0/1	17 9/8			20 11/9		
Cardiovascular health outcomes	1 0/1	11 3/8	1 0/1	6 5/1			8 1/7		1 0/1
Cancer			1 1/0				2 1/1		3 2/1
Respiratory health outcomes*		9 5/4	5 2/3	5 1/4		18 0/18	21 4/17	11 0/11	26 0/26
Oral health			2 1/1	2 2/0			19 1/18		1 0/1
Developmental and reproductive effects			2 0/2				1 0/1		
Burns and injuries						7 1/6		24 14/10	16 5/11
Poisoning						25 13/12		4 2/2	23 14/9
Mental health effects			1 0/1				8 0/8		
Environmental hazards with health implications**				17 9/8		2 0/2		5 0/5	
Neurological outcomes						3 0/3		2 0/2	7 1/6
Sleep outcomes							4 0/4		
Less serious adverse events		11 3/8	3 1/2	2 2/0		1 0/1	3 0/3		
Optical health				1 0/1			1 0/1		
Wound healing									2 0/2
Olfactory outcomes							1 0/1		
Endocrine outcomes							2 0/2		
Allergic diseases							2 0/2	1 0/1	3 2/1
Haematological outcomes									2 0/2

Die grünen Zahlen beziehen sich auf die Beweise, die für die Beurteilung des Kausalzusammenhangs am wichtigsten sind.

Schlüssige Beweise für kurzfristige Auswirkungen

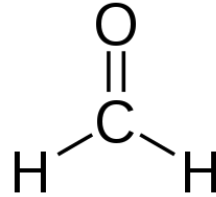
Negative unmittelbare und kurzfristige Auswirkungen auf die Gesundheit

- Sucht
- Reizung des Rachens, Übelkeit
- Vergiftungen, Verletzungen, Verbrennungen
- Krampfanfälle
- erhöhte Herzfrequenz und erhöhter Blutdruck
- erhöhte Arteriensteifigkeit
- EVALI
 - (akute Lungenverletzung (in 8 von 10 Fällen im Zusammenhang mit Cannabisöl/Vitamin E))

Banks E. et al. Electronic cigarettes and health outcomes: systematic review of global evidence. Bericht für das australische Gesundheitsministerium. 2022



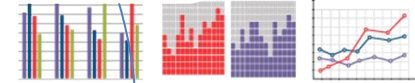
Studien zur
Untersuchung der
Zusammensetzung
von Flüssigkeit/Dampf



In-vitro-
Untersuchungen



Epidemiologische
Studien



Humanexperimentelle
Studien



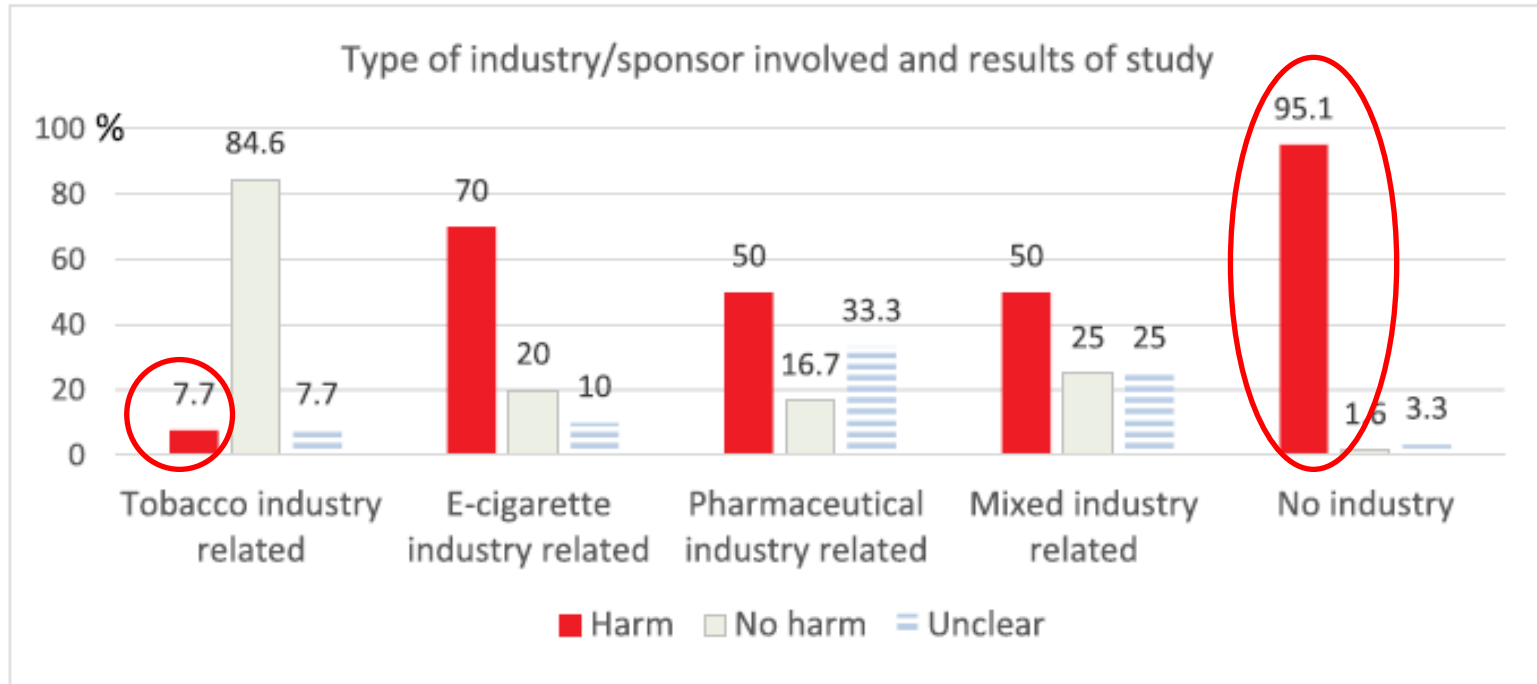
Tierversuche



Fallberichte

The screenshot shows the 'case reports' website. It features a navigation bar with 'Home', 'About Case Reports', and 'CASE Checklist'. The main content area is titled 'Welcome to the Website for Case Reports' and includes sections for 'About CASE', 'Using CASE Statement', 'Submitting CASE Statement', 'Translating', 'Contact Us', and 'Citing the CASE Statement from the website (for authors)'. A sidebar on the right contains a list of links for 'CASE Checklist', 'About CASE Reports', 'CASE Checklist', 'CASE Statement', 'Submitting CASE Statement', 'Translating', 'Contact Us', and 'Citing the CASE Statement from the website (for authors)'. The footer contains the text: 'Embrace the CASE Statement. Why embrace the CASE Statement? Developing a reporting guideline is a long and complex process involving many people. Although the CASE Statement has been endorsed by many journals, and featured in several magazines, the work is ongoing - there always is a need for development and the ability to obtain additional endorsements. Does the use of the CASE Statement improve the quality of reports of assessment published? This question will be answered in many journals embrace the CASE statement. We believe this book of evidence is the information sources and individuals.'

Die Tabakindustrie hat in ihren Veröffentlichungen fast nie potenziell schädliche Auswirkungen des Dampfens festgestellt.

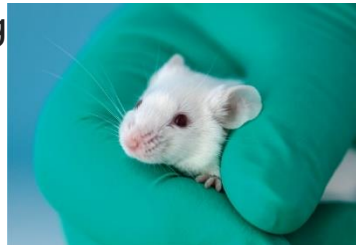


Pisinger C. et al. Ein Interessenkonflikt ist stark mit für die Tabakindustrie günstigen Ergebnissen verbunden, was darauf hindeutet, dass E-Zigaretten nicht schaden. *Prev Med.* 2019 Feb;119:124-131.

Toxizität und biologische Wirkungen

- **Tierversuche**

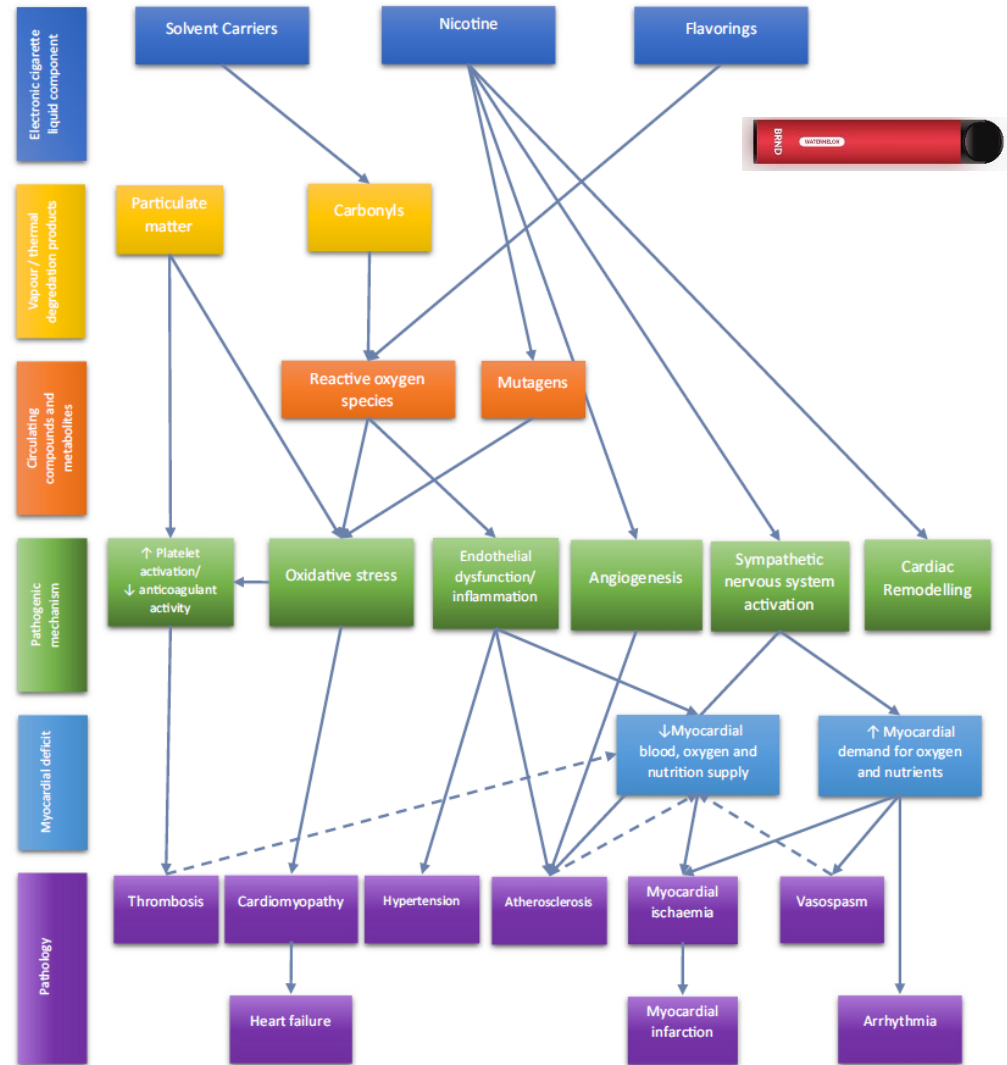
- höhere Sterblichkeit bei Infektionen
- DNA-Schäden
- Lungenkrebs
- gestörte Nierenentwicklung
- Herzrhythmusstörungen
- arterielle Dysfunktion
- zerebrovaskuläre Dysfunktion
- Lungenfunktionsstörung
- Atemwegsentzündung
- Asthma
- ...



- Inhalt der Flüssigkeit/des Dampfes: viele giftige und krebserregende Verbindungen
- Zellstudien: Entzündung, Zytotoxizität/Zelltod, oxidativer Stress...

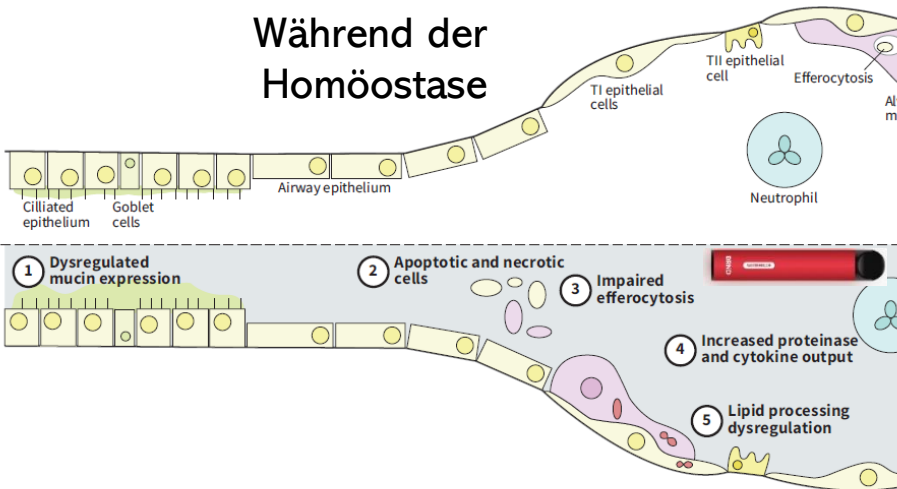


Herz-Kreislauf-System: biologische Wirkungen und Wege

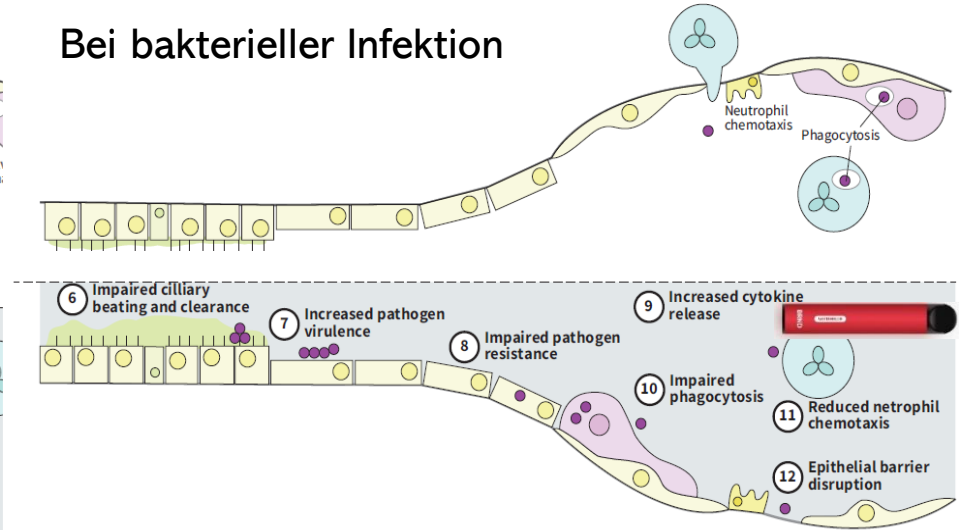


Lungensystem: biologische Wirkungen

Während der Homöostase



Bei bakterieller Infektion



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Dysregulated mucin expression alters consistency and velocity	Exposures cause build-up of apoptotic and necrotic epithelial and immune cells in the airways	Impaired efferocytosis by macrophages perpetuates apoptotic cell build-up	Immune cells and epithelial cells release increased inflammatory mediators, including proteases, reactive oxygen species and cytokines	Lipid dysregulation causes endogenous lipid inclusions and impaired lipid catabolism in macrophages and impaired lipid export in epithelial cells	Impaired ciliary beating prevents mucus clearing and permits pathogen establishment in the airways	Increased virulence allows immune evasion and pathogen persistence	Impaired infection resistance in epithelial cells and macrophages	Exaggerated cytokine release	Impaired pathogen phagocytosis by macrophages and neutrophils increases pathogen load	Reduced neutrophil chemotaxis prevents appropriate pathogen containment	Epithelial barrier function disruption increases vulnerability to infection

Erste Meta-Analyse zu den gesundheitlichen Auswirkungen von E-Zigaretten

- **Meta-Analyse** von 107 sehr großen bevölkerungsbezogenen Erhebungen
- 30 Längsschnittstudien
 - dieselben Ergebnisse wie bei den Querschnittsstudien
 - am meisten um das Rauchen bereinigt



Krankheitsrisiko bei E-Zigarettenkonsumenten im Vergleich zu Zigarettenkonsumenten



- Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall, Stoffwechselerkrankungen: kein Unterschied in der Erkrankungswahrscheinlichkeit
- Lungenkrankheiten: geringeres Risiko bei E-Zigaretten-Nutzern
 - Asthma: 16 % geringere Wahrscheinlichkeit bei E-Zigaretten-Nutzern
 - COPD: 47 % geringere Wahrscheinlichkeit bei E-Zigaretten-Nutzern
- Mundkrankheiten: geringeres Risiko bei E-Zigaretten-Nutzern
 - 13% niedrigere Quoten bei E-Zigaretten-Benutzern



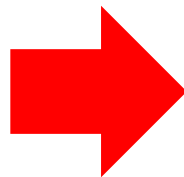
Public Health
England

E-cigarettes Current evidence

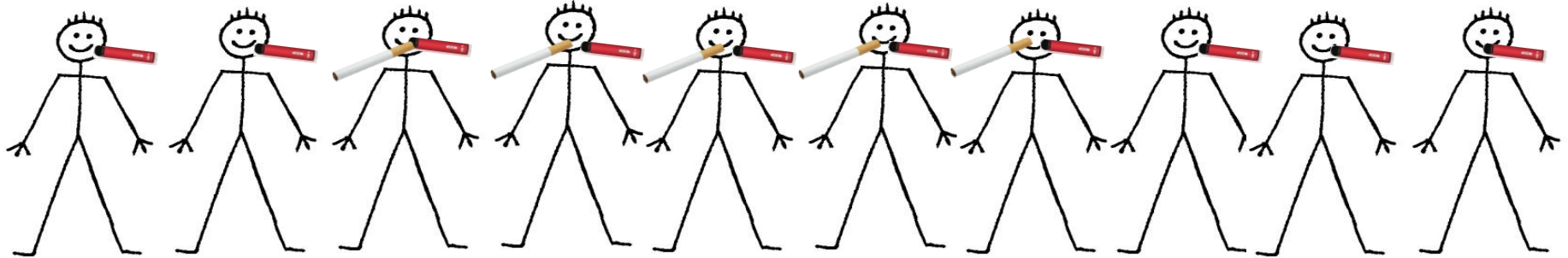
Are E-cigs safe?

E-cigarettes are significantly less harmful (95%) to health than smoking tobacco

Umschalten



Viele/meiste E-Zigarettenkonsumenten in der Allgemeinbevölkerung rauchen auch = "duale Konsumenten".



E-Zigaretten, bevölkerungsbezogene Erhebungen:

39 % in den USA, Erwachsene, Mayer M, *JAMA Netw Open* 2020 ;3:e2020694-E2020694

45% im Vereinigten Königreich. <https://smokinginengland.info/graphs/e-cigarettes-latest-trends>. 2022

56 % in den USA, Männer. Okunna N. Amerikanische Zeitschrift über Süchte, 2021, Bd. 30(2), S. 138-146

57 % in Europa, adluts. *IJERPH*. 2020 Mar 17;17(6):1971

67 % in Schweden. Hedman L. *JAMA Netw Open* 2018, 1(3):e180789.

85% in Südkorea. Kim CY. *Sci Rep* 2020, 10(1):5612.

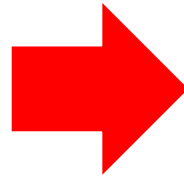
Prof Robert West, BBC "Inside Health" Feb 2016
<http://www.bbc.co.uk/programmes/b070dq8h>



Cutting down "not much"

- 10m40s: "We know that most people who use ecigarettes are continuing to smoke and when you ask them they tell you that they are mostly doing that to cut down the amount they smoke. But we also know they are smoking, it's not really that much different from what they would have done since they started using ecigarettes."

Die Realität



Krankheitsrisiko bei Doppelkonsumenten im Vergleich zu ausschließlichen Zigarettenkonsumenten

- Dualer Konsum mit 20-40% höherem Erkrankungsrisiko im Vergleich zum ausschließlichen Rauchen verbunden



Table 1. Pooled Adjusted* Odds Ratios of Each Disease Outcome (95% Confidence Intervals) from the Meta-analyses.

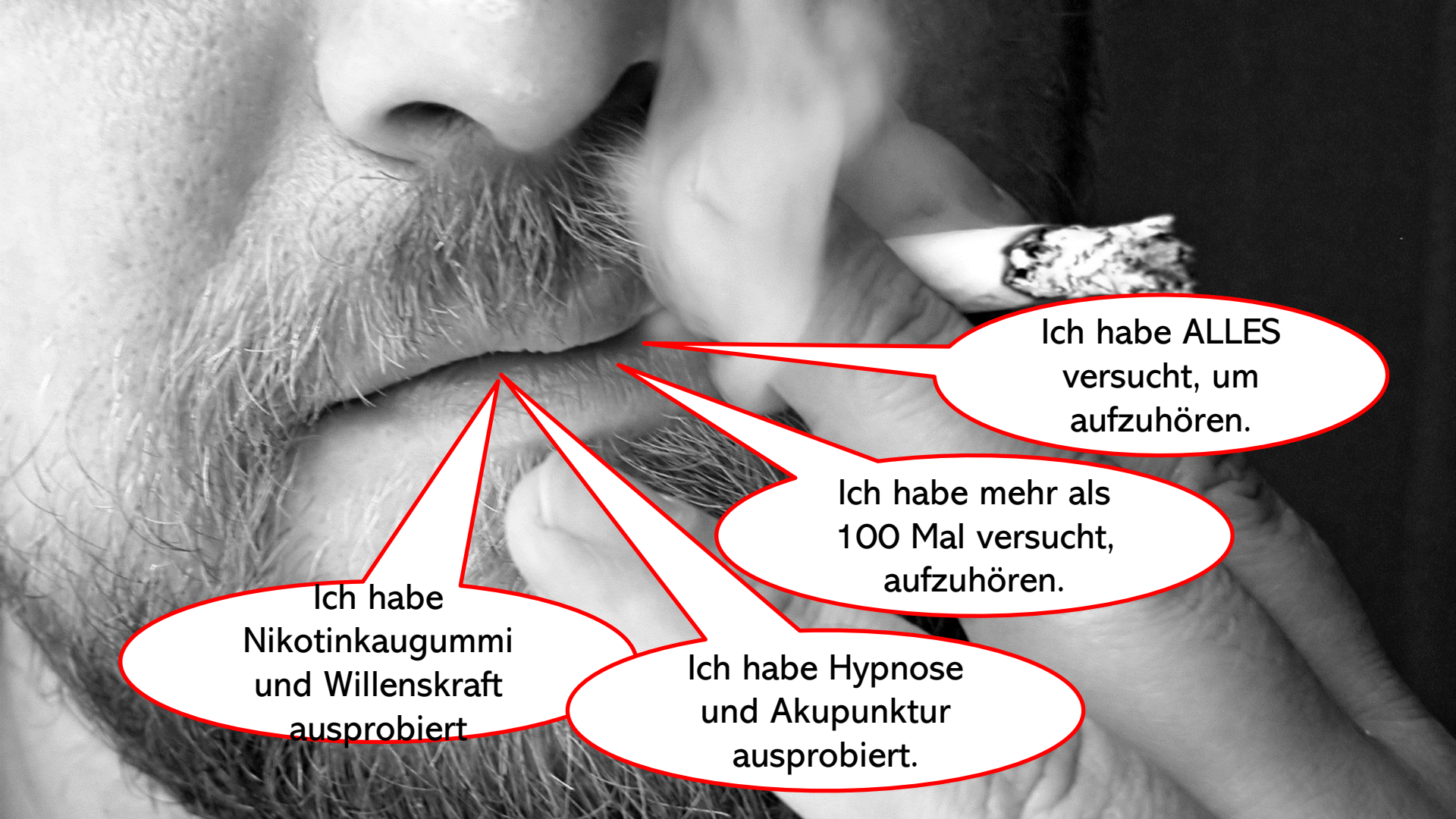
Comparisons	Cardiovascular	Stroke	Metabolic Dysfunction	Asthma	COPD	Oral Disease
Comparison to cigarette use						
E-cigarettes vs. cigarettes	0.81 (0.58–1.14)	0.73 (0.47–1.13)	0.99 (0.91–1.09)	0.84 (0.75–0.95)	0.53 (0.38–0.74)	0.87 (0.76–1.00)
Dual use vs. cigarettes	1.23 (0.99–1.54)	1.26 (1.06–1.50)	1.22 (1.15–1.31)	1.20 (1.12–1.28)	1.41 (1.12–1.64)	1.27 (1.15–1.39)
Comparison to no use						
E-cigarette vs. nonuse	1.24 (1.05–1.46)	1.32 (0.99–1.76)	1.25 (1.18–1.33)	1.24 (1.19–1.30)	1.46 (1.31–1.61)	1.47 (1.19–1.82)
Dual use vs. nonuse	2.23 (1.59–3.14)	2.39 (2.02–2.83)	1.49 (1.17–1.91)	1.56 (1.22–2.00)	3.29 (1.97–5.51)	1.78 (1.49–2.12)
Cigarette vs. nonuse	1.64 (1.24–2.16)	2.08 (1.91–2.27)	1.27 (1.17–1.37)	1.56 (1.34–1.80)	2.99 (2.29–3.92)	1.69 (1.40–2.03)

Wie können wir den (alten) starken Rauchern, die nicht aufhören wollen, helfen?



Krankenhausumfeld

- Cochrane-Review besagt, dass E-Zigaretten wirksamer sind als NRT
- Einige Experimente zeigen gesundheitliche Vorteile, wenn Raucher das Rauchen aufgeben
- *Eine **Alternative** für starke Raucher, die nicht aufhören wollen?*

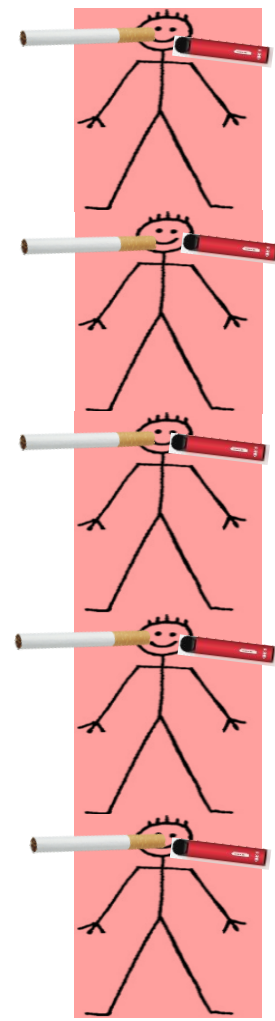
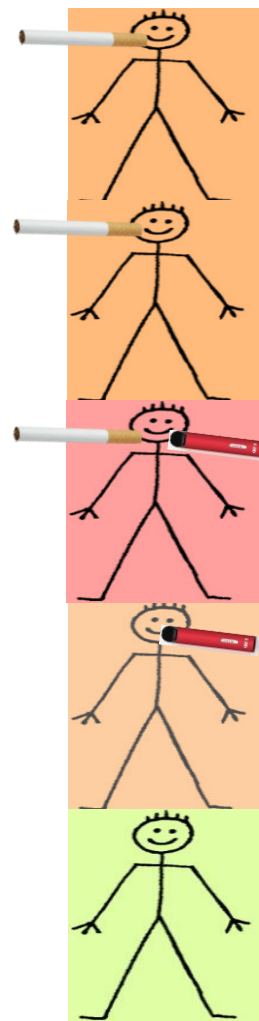
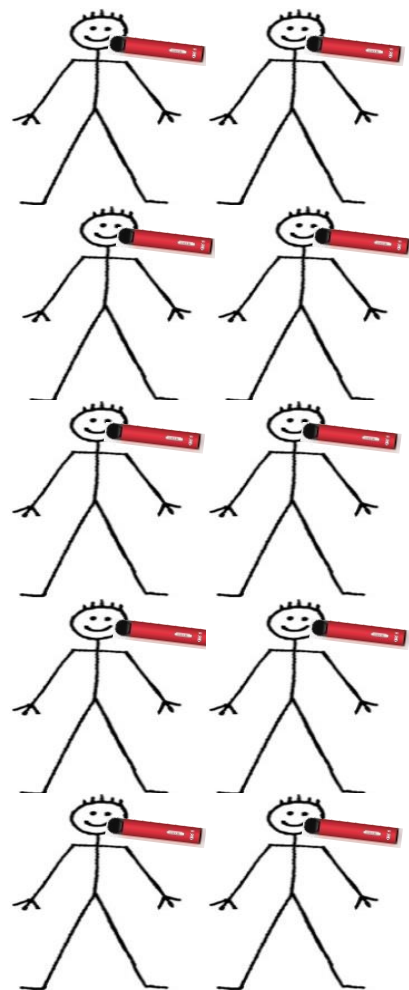
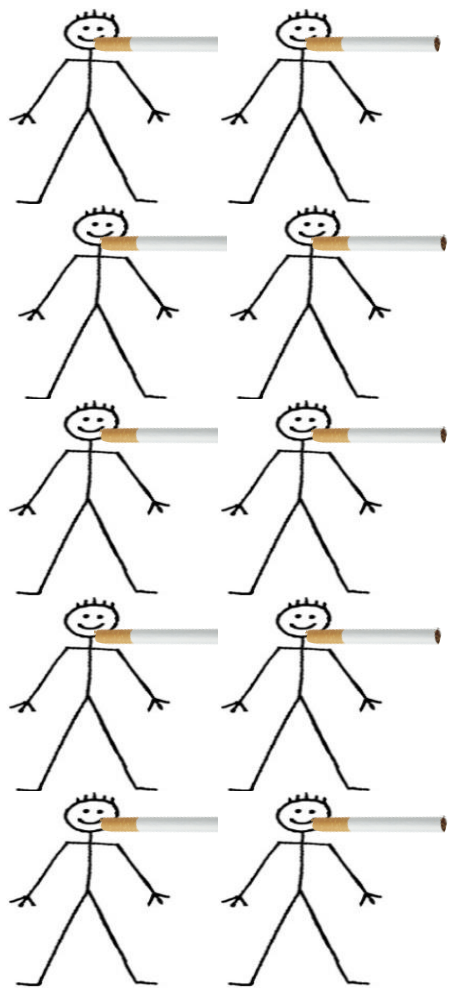


Ich habe ALLES
versucht, um
aufzuhören.

Ich habe mehr als
100 Mal versucht,
aufzuhören.

Ich habe
Nikotinkaugummi
und Willenskraft
ausprobiert

Ich habe Hypnose
und Akupunktur
ausprobiert.



Wir wissen, was funktioniert

Evidenzbasiert

Hohe langfristige Ausstiegsraten können erreicht werden

- Wiederholte (5-6 (bis zu 8)) Beratungssitzungen zur Raucherentwöhnung

+

- Vareniclin, Cytisin oder kombinierte Nikotinersatztherapie



o
d
er



o
d
er



Wirksam UND sicher

	Wirksam	Sicher
Beratung	Ja	Ja
Vareniclin, Cytisin, kombinierter Nikotinersatz	Ja	Ja
E-Zigaretten	Ja (wahrscheinlich)	Nein (+ hohes Risiko der doppelten Verwendung)

Empfehlungen zur Raucherentwöhnung

- Empfehlen Sie keine E-Zigaretten



**Hippokratischer
Eid: Erstens, keinen
Schaden anrichten**

*Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit*

charlotta.pisinger@regionh.dk

DEAR SMOKING BAN,



blu ELECTRONIC CIGARETTE



Take back your freedom to smoke anywhere with blu electronic cigarettes. blu produces no smoke and no ash, only vapor, making it the smarter alternative to regular cigarettes. It's the most satisfying way to tell the smoking bans to kiss off. Okay, maybe the second-most satisfying way.

New blu Smart Pack

blucigs.com

18+ only.

CALIFORNIA PROPOSITION 65 Warning: This product contains nicotine, a chemical known to the state of California to cause birth defects or other reproductive harm.