



## Weltnichtrauchertag: Nikotinkonsum bei jungen Menschen gibt Anlass zur Sorge

**In kaum einem anderen Land Europas konsumieren so viele Menschen Tabakprodukte und E-Zigaretten wie in Deutschland. Eine alarmierende Entwicklung- insbesondere für die Herzgesundheit und Lebenserwartung, warnen Kardiologinnen und Kardiologen anlässlich des Weltnichtrauchertages.**

Düsseldorf, 30. Mai 2025 – 28,3 Prozent der Menschen in Deutschland rauchen – so der Stand der DEBRA-Studie der Universität Düsseldorf von Oktober 2024. Noch immer wird die Gefahr, die von Tabak- und Nikotinkonsum für die Herzgesundheit ausgeht, unterschätzt, so die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung (DGK). Die 5.300 in einer Zigarette enthaltenen chemischen Substanzen führen zu Ablagerungen in den Blutgefäßen, Verengungen der Gefäße, Bluthochdruck, gesteigerter Blutgerinnung und mangelnder Sauerstoffversorgung der Organe. „80 Prozent aller Herzinfarkte bei Patientinnen und Patienten unter 45 Jahren können direkt auf das Rauchen zurückgeführt werden“, sagt Prof. Dr. Stefan Blankenberg, Präsident der DGK. „Das Risiko für einen Herzinfarkt ist bei Rauchenden etwa 2- bis 3-mal so hoch wie bei Nichtrauchenden.“

### **Passivrauchen bedeutet ebenso Schaden für die Herzgesundheit**

Auch Passivrauchen steigert das Herzinfarkttrisiko. Der Europäische Rat hat den EU-Mitgliedsstaaten eindringlich nahegelegt, mehr rauch- und aerosolfreie Zonen in der Öffentlichkeit zu schaffen und so nicht nur zu vermindertem Tabakkonsum beizutragen, sondern auch Nicht-Raucherinnen und Nicht-Raucher zu schützen. In diesen festgelegten öffentlichen Bereichen soll das Rauchen und auch die Nutzung von E-Zigaretten und Tabakerhitzern vollständig verboten werden, wie durch andere Länder und Regionen bereits praktiziert. Dies betrifft beispielsweise Spielplätze, die Terrassen von Cafés und Restaurants, Bus- und Straßenbahnhaltestellen oder auch Fußgängerzonen, wo dem Rauch und den Aerosolen nicht aus dem Weg gegangen werden kann. Hier sollte die Politik aus Sicht der kardiologischen Fachgesellschaft dringend aktiv werden.

### **E-Zigaretten immer beliebter, besonders bei Jugendlichen**

Zwischen 2016 und 2023 ist der Konsum von E-Zigaretten in Deutschland um 38 Prozent angestiegen. Auch E-Zigaretten erhöhen durch die hohe Konzentration von Nikotin den Blutdruck und die Herzfrequenz. Über Aerosole gelangen außerdem Schadstoffe wie Propylenglykol und Glycerin in den Körper, stören den Gasaustausch in der Lunge und beeinträchtigen so die Sauerstoffversorgung des Herzens. Zu den genauen Langzeit-Auswirkungen der E-Zigaretten liegen noch keine Daten vor, doch schon jetzt lässt sich sagen: E-Zigaretten sind zwar weniger schädlich als normale Tabakzigaretten, aber keineswegs unschädlich.



„Aus US-Studien wissen wir, dass die Nutzung von E-Zigaretten das Risiko, später täglich Tabakzigaretten zu rauchen, um das Dreifache erhöht“, so Blankenberg. Zwar seien die regulatorischen Verhältnisse in den USA laxer als hier, so dass die Hersteller sich zielgerichtet an Jugendliche wendeten, doch auch hier in Deutschland sei diese Praxis nicht ganz von der Hand zu weisen: „Mit Geschmacksrichtungen wie Bubblegum, Sirupwaffel oder Orangenlimonade sprechen die Hersteller ganz offensichtlich eine besonders junge Zielgruppe an, um sie zum Rauchen zu verführen“, warnt der Kardiologe. „Auch hier sollte die Politik unbedingt eingreifen, damit die Rauchquote unter Jugendlichen nicht noch weiter zunimmt.“

[ENDE]

(3.389 Zeichen inkl. Leerzeichen)

**Medienkontakt:**

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie  
Pressesprecher: Prof. Dr. Michael Böhm (Homburg/Saar)  
Pressestelle: Kerstin Kacmaz, Tel.: 0211 600 692 43  
[presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)

**Über die DGK:**

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e. V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine gemeinnützige, wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit mehr als 13.000 Mitgliedern. Sie ist die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen, die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder und die Erstellung von Leitlinien. Weitreichende Informationen für Ärztinnen und Ärzte sowie medizinisches Fachpersonal, aber auch für Nicht-Mediziner:innen stellt die DGK auf [Herzmedizin.de](http://Herzmedizin.de) zur Verfügung.