



**SMOKE  
FREE  
SWEDEN**

**Ausführliche  
Zusammenfassung**

# **Kein Rauch Weniger Schaden**

[www.smokefreesweden.org](http://www.smokefreesweden.org)

**2024**

## Ausführliche Zusammenfassung

In Schweden konsumiert fast einer von vier Erwachsenen täglich Nikotin. Das ist das gleiche Niveau des Nikotinkonsums wie in ganz Europa. Dennoch liegt die Krebshäufigkeit in Schweden um 41 % unter dem europäischen Durchschnitt, und die Zahl der tabakbedingten Todesfälle ist in Schweden weniger als halb so hoch wie in 24 der 26 EU-Nachbarländer.

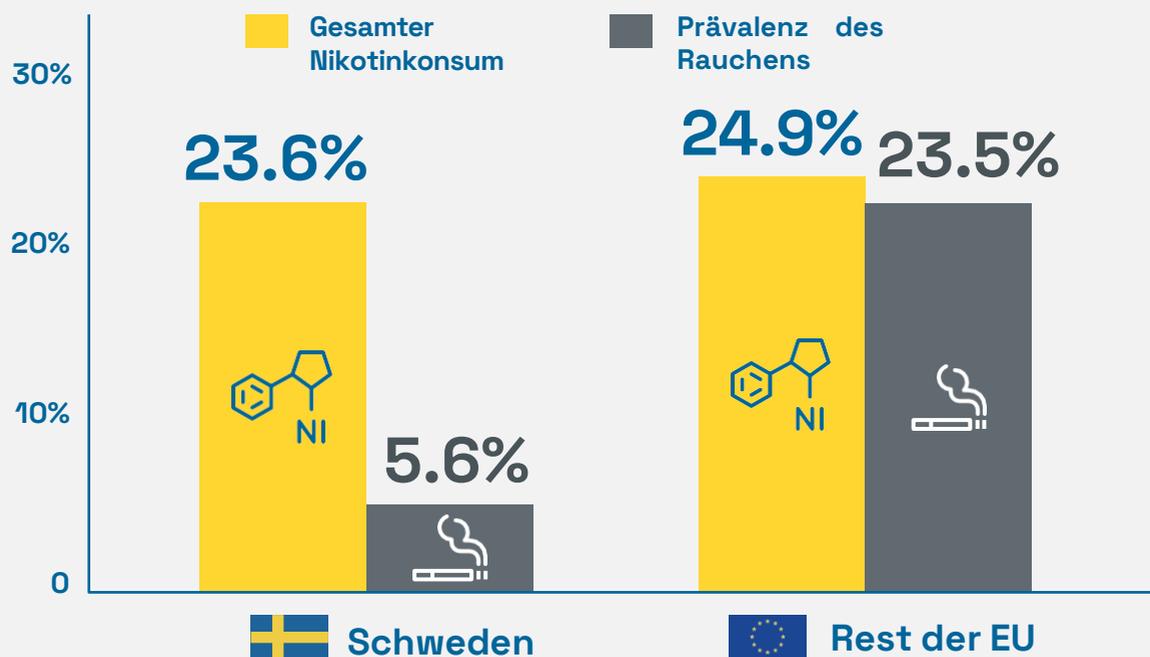
Was ist der Grund für diese bemerkenswerte Diskrepanz, und was kann der Rest Europas und der Welt von dieser skandinavischen Erfolgsgeschichte lernen?

Nun, ganz einfach, die Schweden haben gelernt, ihr Nikotin auf eine andere - und viel sicherere - Weise zu konsumieren.

Vor sechzig Jahren rauchten 49 % der schwedischen Männer Zigaretten. Im Jahr 2022 werden nach Angaben der schwedischen Gesundheitsbehörde nur noch 5,6 % der schwedischen Erwachsenen so vorgehen. Die Schweden haben ihre Vorliebe auf alternative, rauchfreie Produkte wie Snus, Vapes, orale Nikotinbeutel und Verbrennungsgeräte verlagert und damit eine rauchfreie Generation hervorgebracht.

Indem Schweden den Übergang zu sichereren Alternativen ermöglichte, hat es die tödlichen brennbaren Zigaretten praktisch abgeschafft. Obwohl die rauchfreie Generation Nikotin in ähnlichem Maße konsumiert wie andere Nationen mit hohem Tabakkonsum, treten bei ihnen nur ein Bruchteil der tabakbedingten Krankheiten auf und die Belastung für die öffentliche Gesundheit ist minimal.

### Aktueller Gesamtnicotinkonsum und Raucherquote



Quellen: Eurobarometer 2020, Schwedische Gesundheitsbehörde, 2022

Der vorliegende Bericht untersucht diese verblüffende Divergenz, um diese wichtigen Wahrheiten zu unterstreichen:

- **Trotz weit verbreiteter falscher Vorstellungen verursacht Nikotin keinen Krebs und trägt, wenn überhaupt, nur minimal zu tabakbedingten Krankheiten bei.**
- **Es wird immer Menschen geben, die Nikotin konsumieren wollen, ebenso wie diejenigen, die Caffeine konsumieren.**
- **Der gesamte Nikotinkonsum in Schweden entspricht dem anderer EU-Länder, aber da rauchfreie Nikotinprodukte erlaubt sind, gibt es in diesem Land deutlich weniger tabakbedingte Krankheiten und vorzeitige Todesfälle.**
- **Die Möglichkeit, Nikotin auf weniger riskante Weise zu konsumieren, wird Millionen von Leben retten**

Weltweit rauchen auch nach jahrzehntelangen Maßnahmen zur Eindämmung des Tabakkonsums immer noch 1,1 Milliarden Menschen. Der Verbrauch ist zwar zurückgegangen, aber viel zu langsam. Noch heute sterben weltweit jährlich fast 8 Millionen Menschen an tabakbedingten Krankheiten (vor allem Verbrennungen). Dies verdeutlicht das enorme Potenzial für die öffentliche Gesundheit, wenn man bedenkt, wie viele Menschenleben gerettet werden könnten, wenn Raucher auf weniger riskante Produkte umsteigen würden.

Schweden hat diese Chance bereits ergriffen. Der erfolgreiche Rückgang der Raucherquote im Laufe der Jahre wurde durch Aufklärung, Maßnahmen zur Eindämmung des Tabakkonsums und die Einführung sicherer rauchfreier Alternativen erleichtert.

Schwedens frühe Fortschritte wurden durch die traditionelle Verwendung von Snus, einem rauchfreien oralen Tabakprodukt, unterstützt. Die Einführung moderner tabakfreier Alternativen wie des Dampfens im Jahr 2015 und der nächsten Generation oraler Nikotinpflaster im Jahr 2018 hat diesen Fortschritt erheblich beschleunigt. Dies hat dazu geführt, dass die Raucherquote in Schweden in den letzten zehn Jahren um beeindruckende 55 % zurückgegangen ist.

Wenn die Raucherquote im Laufe dieses Jahres unter 5 % sinkt, wird Schweden das erste Industrieland sein, das den Status "rauchfrei" erreicht hat.

Die Vorteile der schwedischen Strategie für die öffentliche Gesundheit sind tiefgreifend. Im Vergleich zum Rest der Europäischen Union gibt es in Schweden 44 % weniger tabakbedingte Todesfälle, eine um 41 % niedrigere Krebsrate und 38 % weniger Todesfälle durch alle Krebsarten.

Der Vergleich mit den Daten für 2020, die nur für Männer gelten, zeigt noch deutlichere Unterschiede. In Schweden gab es 52 % weniger tabakbedingte Todesfälle bei Männern als in Polen und 57 % weniger als in Rumänien. Bei Lungenkrebs bei Männern gab es in Schweden 55 % weniger Todesfälle als in Frankreich und Deutschland, 57 % weniger als in Italien und 69 % weniger als in Polen.

Schweden ist der Inbegriff von "No Smoke, Less Harm" und ein Leuchtturm der Inspiration für alle Nationen, die versuchen, die tödlichen Folgen des Rauchens zu verringern.

Obwohl Nikotin abhängig machen kann, ist es nicht krebserregend. Studien belegen dies seit langem. Leider halten sich sowohl bei Ärzten als auch in der Öffentlichkeit hartnäckig wichtige Mythen über Nikotin. Eine Fehleinschätzung der Schädlichkeit von Nikotin durch Angehörige der Gesundheitsberufe ist inakzeptabel und nicht im Interesse ihrer Patienten.

Wenn die Angehörigen der Gesundheitsberufe nicht wissen, was Nikotin ist, wie soll dann die Öffentlichkeit wissen, dass Nikotin keine Krankheiten verursacht? Im Vereinigten Königreich glauben beispielsweise 40 % der Bevölkerung, dass Nikotin Krebs verursacht, obwohl der NHS selbst in seinen Gesundheitsratschlägen erklärt: "Nikotin selbst verursacht keinen Krebs, keine Lungen-, Herz- oder Schlaganfallerkrankungen und wird seit vielen Jahren sicher in Medikamenten verwendet, die Menschen helfen, mit dem Rauchen aufzuhören."

Der NHS kommt zu dem Schluss: **”Nikotin macht zwar süchtig, ist aber relativ harmlos für die Gesundheit”**.

Während Caffein und Nikotin beide abhängig machen, ist Caffein trotz seiner Wirkungen weithin akzeptiert, da es als relativ harmlos gilt. In diesem Bericht wird vorgeschlagen, den Grad ihrer Abhängigkeit zu vergleichen, um risikobasierte Regelungen für beide zu schaffen.

Dieser Bericht ist auch ein Appell an die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die weltweite Gemeinschaft im Bereich der öffentlichen Gesundheit, anzuerkennen, dass es die Verbrennungsprodukte sind, die den Rauchern Schaden zufügen, und nicht das Nikotin selbst. Es gibt nämlich wesentlich weniger riskante Formen von Nikotin, die konsumiert werden können, ohne einen vorzeitigen Tod zu verursachen. Dieser Bericht beleuchtet das risikoarme Profile von Nikotin, wenn es in rauchfreien Produkten konsumiert wird.

**Es wird die politischen Entscheidungsträger dringend aufgefordert:**

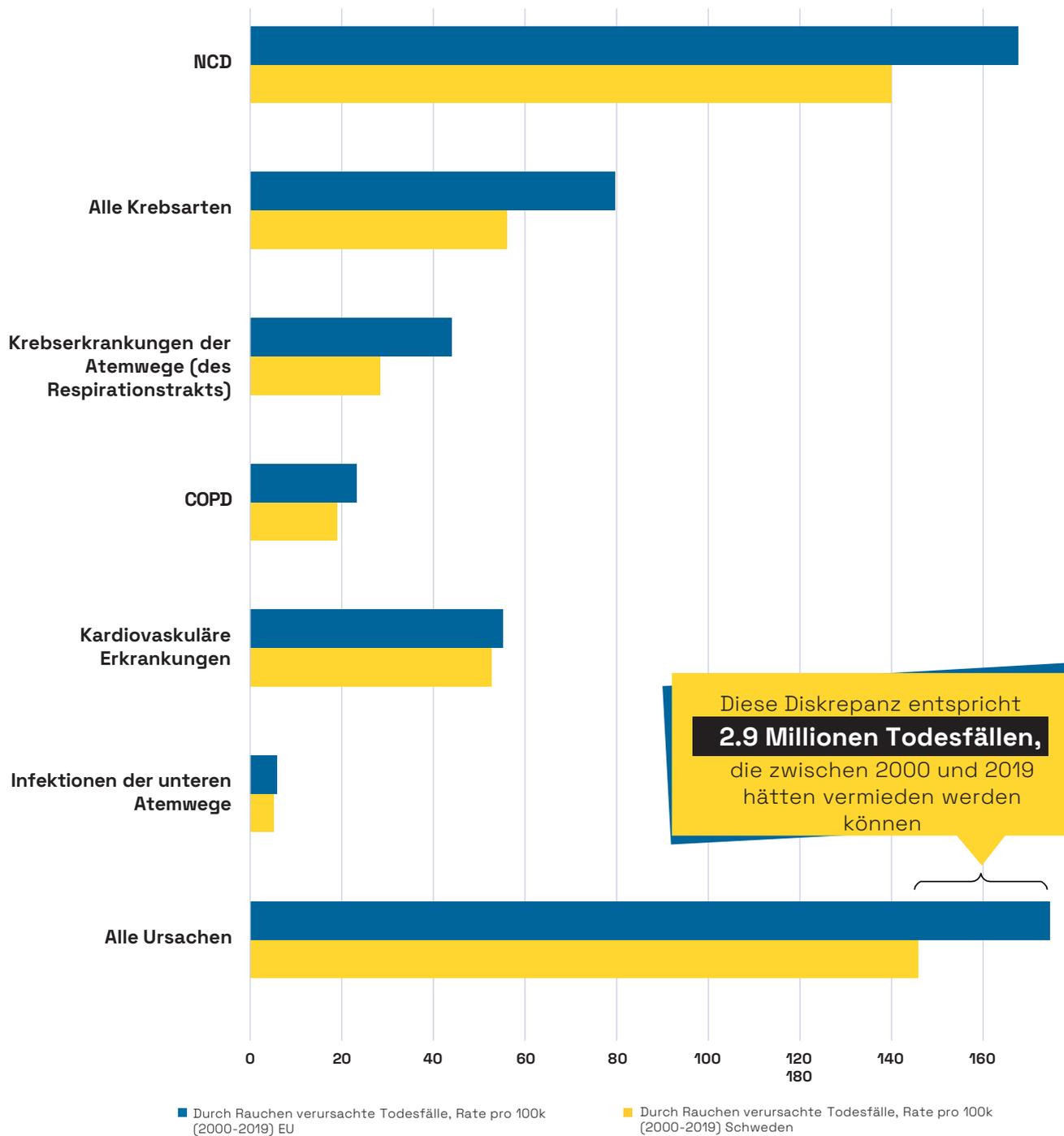
- Erkennen des Potenzials von THR zur Schadensminderung
- Umsetzung der THR-Bestimmungen innerhalb der bestehenden Rahmenregelungen zur Eindämmung des Tabakkonsums
- Regulierung von Nikotinprodukten auf der Grundlage ihres relativen Risikoprofils
- Ermutigung der Angehörigen der Gesundheitsberufe, die THR als Strategie zur Schadensbegrenzung zu nutzen
- THR-Nutzer dazu befähigen, sich für unterstützende Maßnahmen einzusetzen

## DER BERICHT FORDERT MEHRERE MASSNAHMEN:

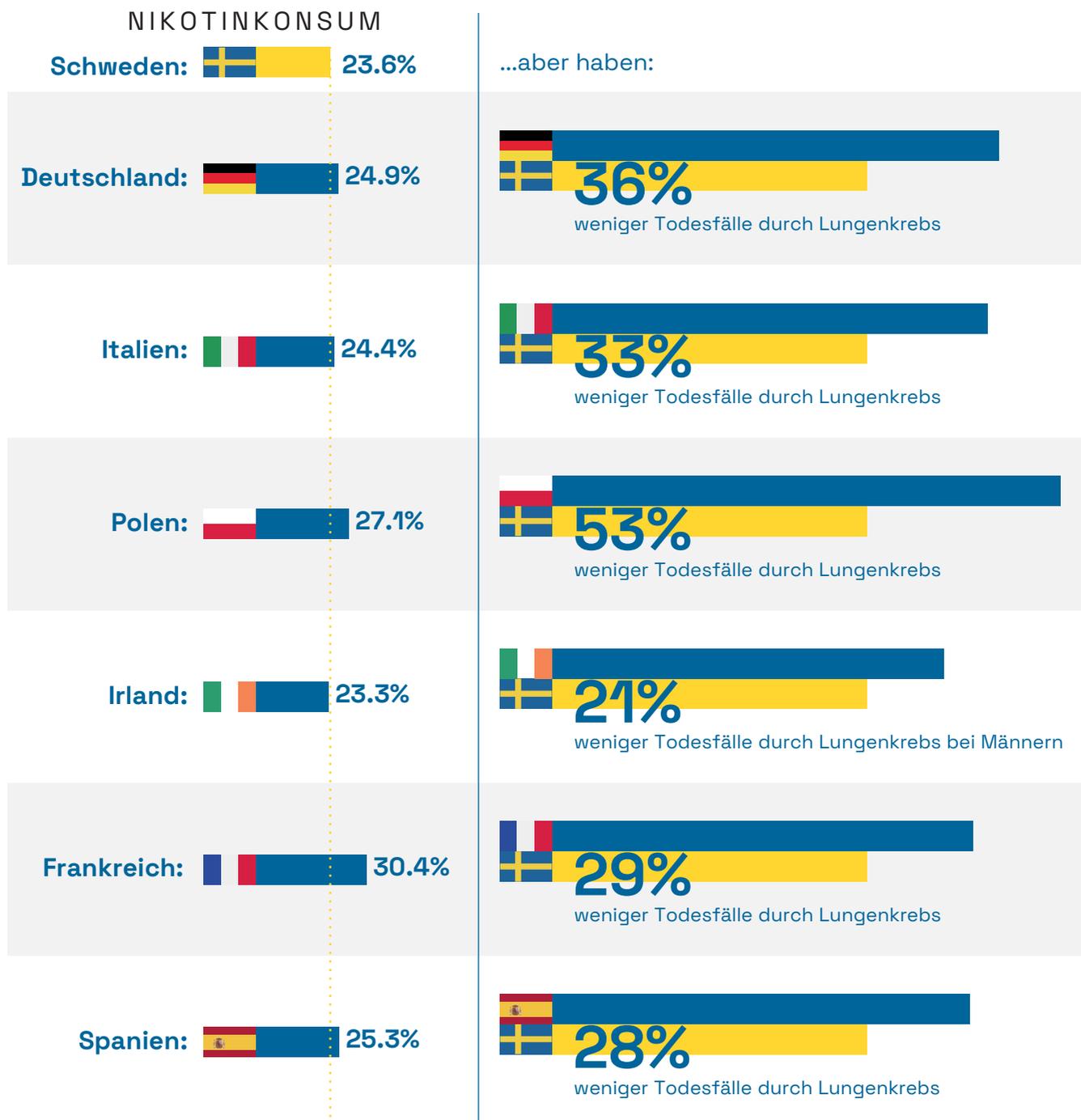
- Das Bewusstsein für THR und die Akzeptanz sollten erhöht werden. Der Grundsatz ”No Smoke, Less Harm” (Kein Rauch, weniger Schaden) sollte angewandt werden, indem grundsätzlich zwischen geräucherten und nicht geräucherten Produkten unterschieden wird.
- Die WHO sollte die Politik zur Eindämmung des Tabakkonsums offiziell um die vierte Säule der THR ergänzen.
- Die Mitgliedstaaten sollten einen risikoadäquaten Rechtsrahmen für alle Nikotinprodukte auf der Grundlage des Risikokontinuums schaffen.
- Es sollten aktive Anstrengungen unternommen werden, um die Desinformation über Nikotin zu beseitigen.
- Alle Beteiligten sollten durch Forschung THR-Evidenz schaffen.
- Der ethische Rahmen von THR sollte anerkannt und das grundlegende Menschenrecht des Verbrauchers auf Gesundheit respektiert werden.
- Die WHO und die Mitgliedstaaten sollten die Überwachung und Bewertung der THR verstärken.

## Durch Rauchen verursachte Todesfälle nach Ursache: Schweden im Vergleich zur EU (2000-2019)

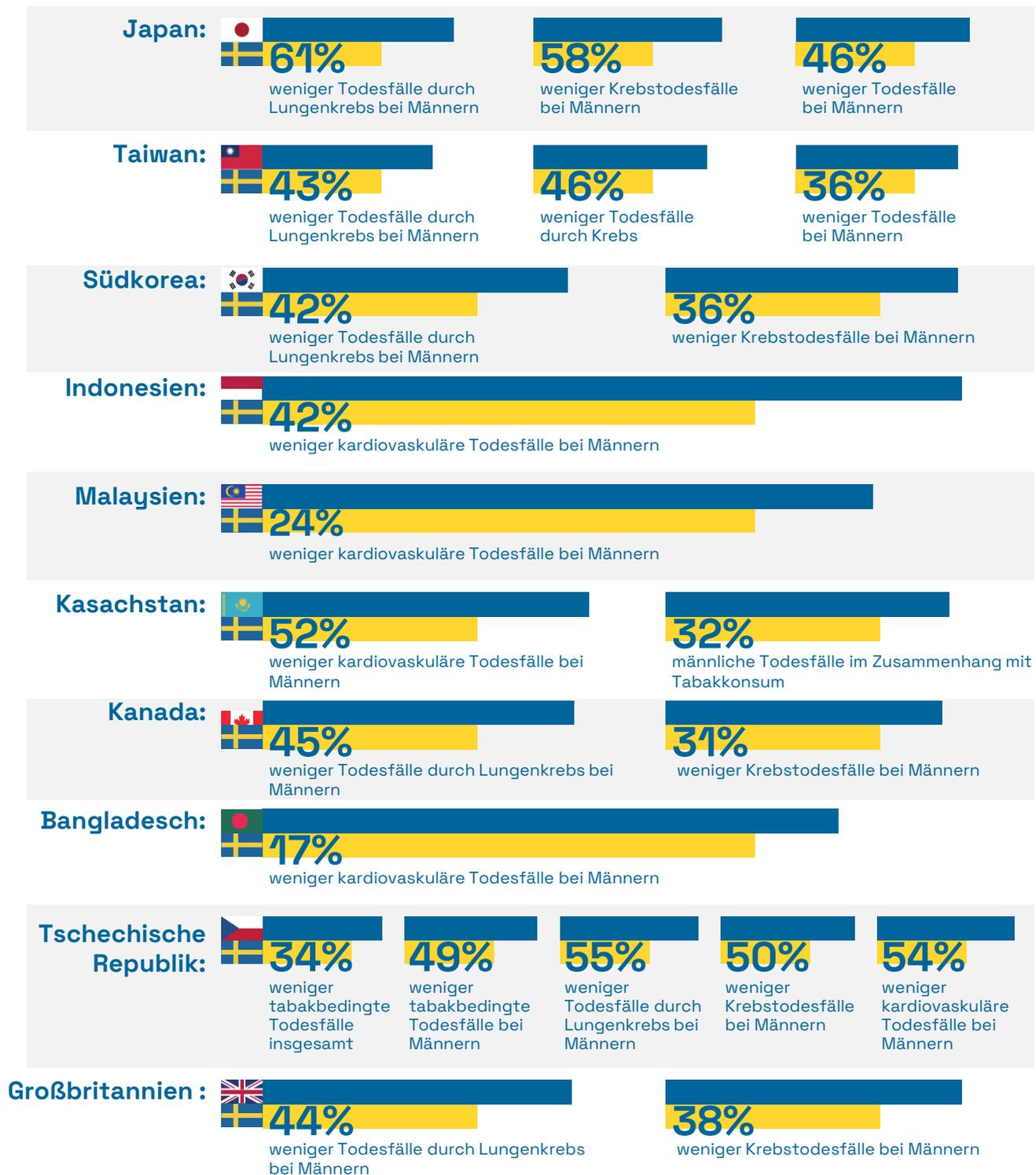
Quelle: IHME GBD.



## Die Schweden konsumieren ähnlich viel Nikotin wie andere Europäer, haben aber bessere Gesundheitsergebnisse, weil sie rauchfreie Nikotinalternativen verwenden



## Aufgrund ihrer Verwendung von rauchfreien Nikotinalternativen haben die Schweden...\*



\*Alle Daten beziehen sich auf tabakbedingte Todesfälle und Krankheiten

## Nachweis der Vorteile des schwedischen Ansatzes "No Smoke, Less Harm" für die öffentliche Gesundheit



Schweden



Rest der EU

Überlegenheit von Smoke Free Sweden trotz gleichem Gesamtnikotinkonsum (indem rauchfreies Nikotin verfügbar, erschwinglich und zugänglich gemacht wird)

Prävalenz des Rauchens

(% der Erwachsenen)

5.6%

23.5%

Deutlich weniger Raucher

Todesfälle im Zusammenhang mit Tabakkonsum

(pro 100.000)

138.9

176.2

21.2% weniger tabakbedingte Todesfälle

Krebsbedingte Todesfälle durch Tabakkonsum insgesamt

(pro 100.000)

56.3

81.9

31.3% weniger Krebstodesfälle insgesamt

Todesfälle durch Lungenkrebs im Zusammenhang mit Tabakkonsum

(pro 100.000)

29.1

45.5

36% weniger Todesfälle durch Lungenkrebs

Todesfälle durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen im Zusammenhang mit Tabakkonsum

(pro 100.000)

44.1

50.1

12% weniger Todesfälle durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Gesamtzahl der Krebstodesfälle ohne Lungenkrebs, die mit dem Tabakkonsum in Verbindung stehen

(pro 100.000)

27.2

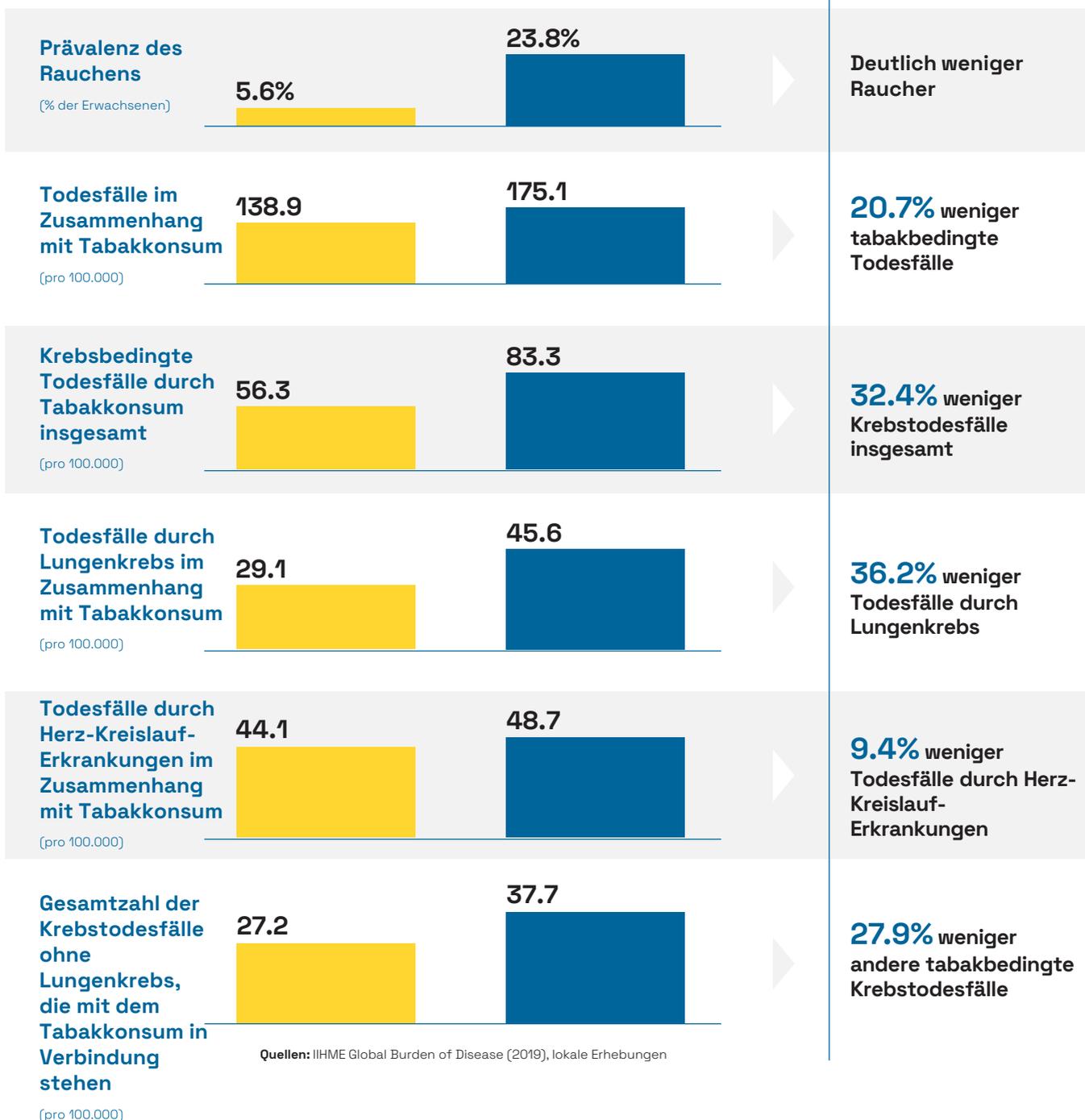
36.4

25.3% weniger andere tabakbedingte Krebstodesfälle

Quellen: IHME Global Burden of Disease (2019), lokale Erhebungen (2022)

## Nachweis der Vorteile des schwedischen Ansatzes "No Smoke, Less Harm" für die öffentliche Gesundheit

 Schweden  Deutschland



Während die Menschen in Schweden ähnliche Mengen an Nikotin konsumieren wie in Deutschland, sind die gesundheitlichen Folgen deutlich unterschiedlich:

## Nachweis der Vorteile des schwedischen Ansatzes "No Smoke, Less Harm" für die öffentliche Gesundheit

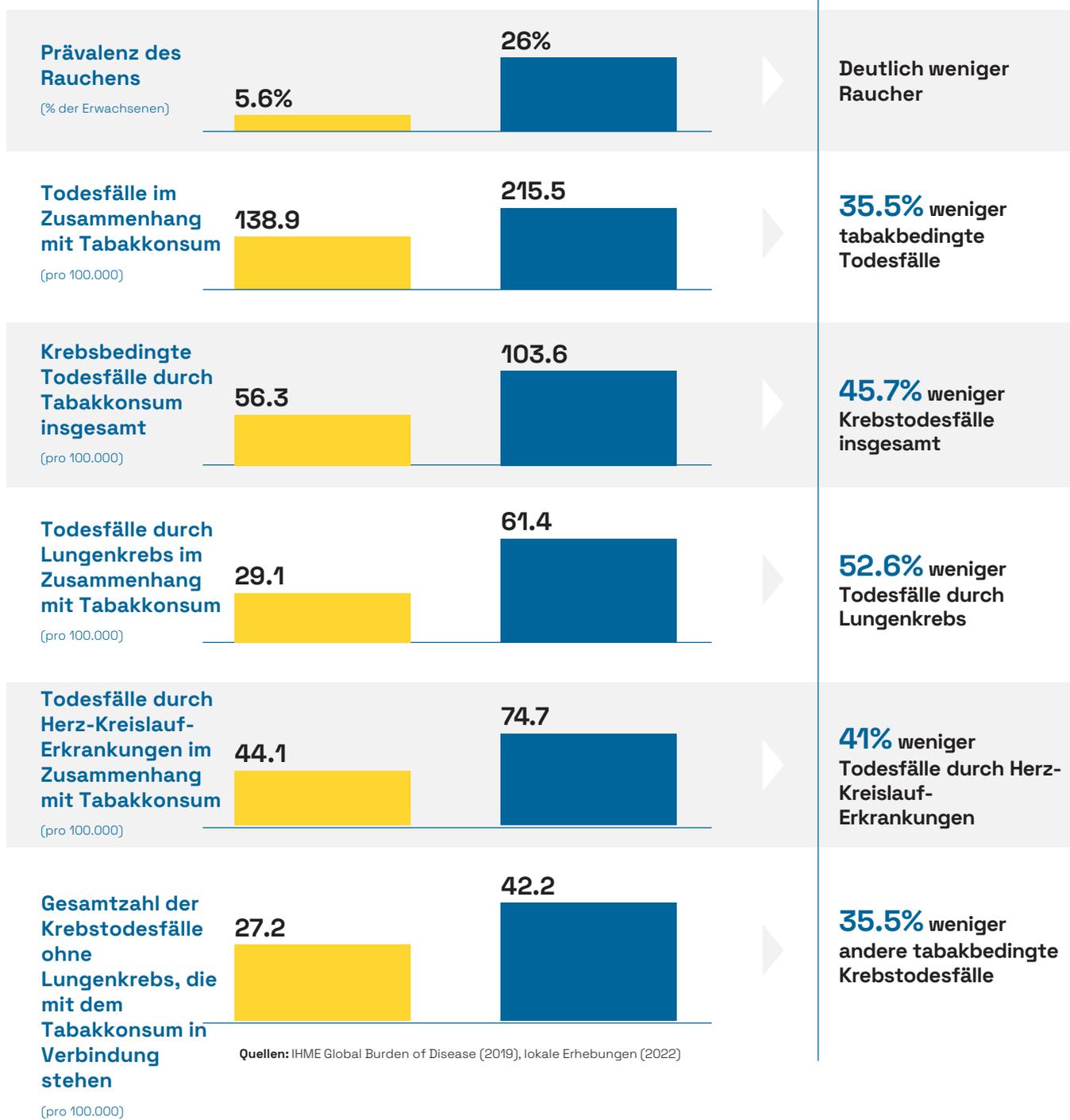
Während die Menschen in Schweden ähnliche Mengen an Nikotin konsumieren wie die in Polen, sind die gesundheitlichen Folgen deutlich unterschiedlich:



Schweden



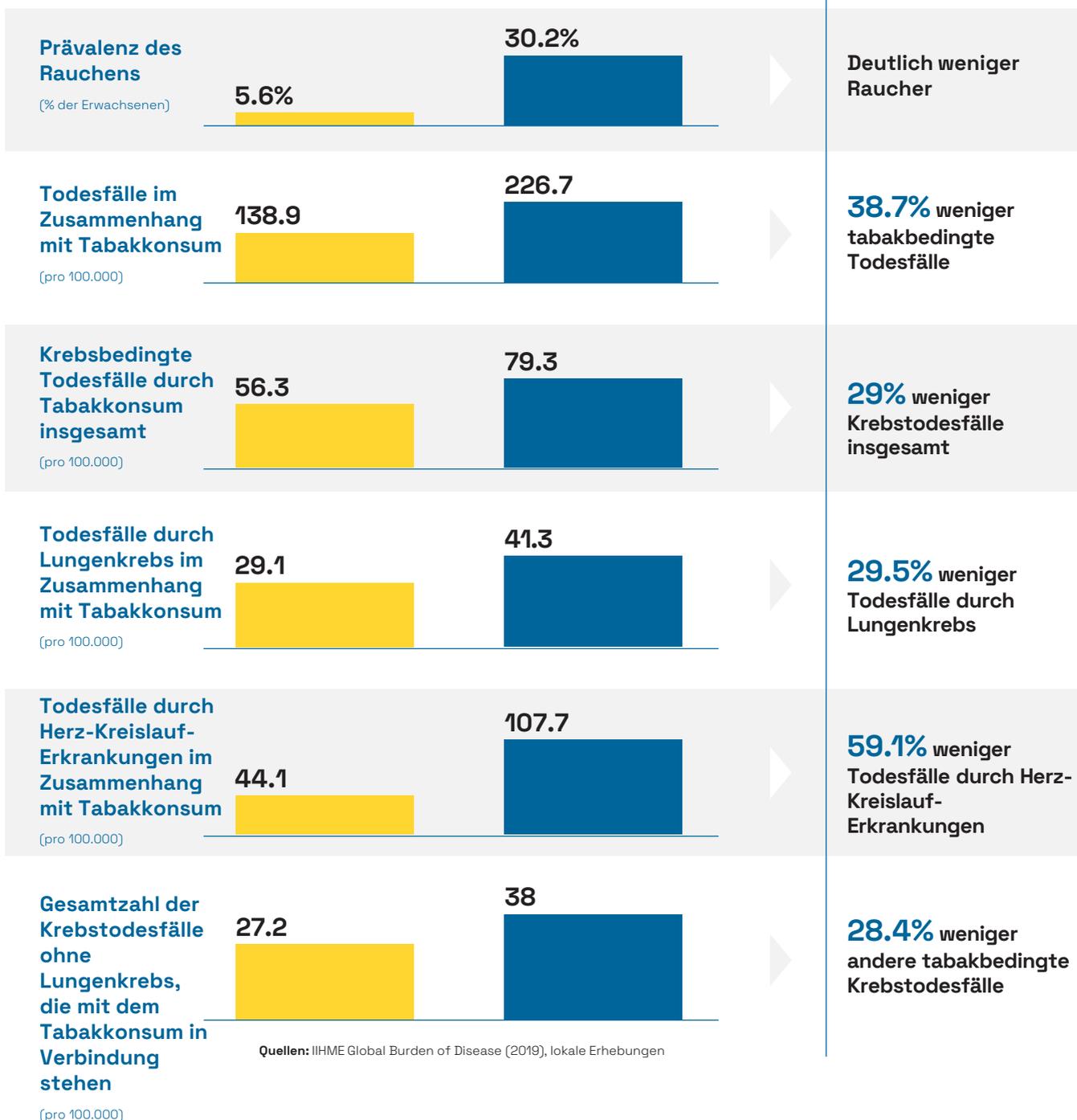
Polen



Quellen: IHME Global Burden of Disease (2019), lokale Erhebungen (2022)

## Nachweis der Vorteile des schwedischen Ansatzes "No Smoke, Less Harm" für die öffentliche Gesundheit

 Schweden  Rumänien



Während die Menschen in Schweden ähnliche Mengen an Nikotin konsumieren wie die in Rumänien, sind die gesundheitlichen Folgen deutlich anders gelagert:

Ausführliche  
Zusammenfassung

# Kein Rauch Weniger Schaden

[www.smokefreesweden.org](http://www.smokefreesweden.org)



SMOKE  
FREE  
SWEDEN