

# Trendiger „Blubb“ mit Risiken

Herforder Suchtexperten klären über Shisha-Rauchen auf

VON GERALD DUNKEL

■ **Kreis Herford.** Die ältesten Exemplare sind auf das 15. Jahrhundert v. Chr. datiert – die Wasserpfeife, auch Shisha genannt, wurde vermutlich im Rahmen traditioneller Zeremonien geraucht. Heute kommt sie besonders bei Jugendlichen wieder in Mode. Gesundheitlich unbedenklich ist ihr Gebrauch nicht, aber Experten warnen vor unangebrachter Hysterie von Eltern.

Der Anblick mag für Eltern pubertierender Kinder befremdlich sein, wenn eine Handvoll jugendlicher um eine blubbernde Wasserpfeife versammelt sitzt und Qualmwolken absondert. Sie verbinden damit häufig Erinnerungen an eine Zeit, als langhaarige Frauen und Männer mit bunten Stirnbändern kollektiv auf diese Weise Opium oder Marihuana inhalierten.

Bei den Jugendlichen sei es heute aber überwiegend das Gemeinschaftsgefühl, das dabei reizt, so Uwe Holdmann von der Fachstelle für Suchtvorbeugung

im Diakonischen Werk Herford. In den Shishas befinden sich aromatisierte Fruchttabake mit Geschmacksrichtungen wie Apfel, Erdbeere, Minze oder Cappuccino. „Das macht sie aber nicht ungefährlicher als Zigaretten tabak, weshalb auch der Verkauf an Jugendliche unter 16 Jahren gesetzlich verboten ist“, macht seine Kollegin Eva Liesche deutlich.

Viele junge Menschen hätten erkannt, dass Zigaretten schädlich sind – „Viele lassen deshalb die Finger davon“, sagt Liesche. Parallel zu diesem Phänomen habe sich die Shisha-Kultur entwickelt und die Jugendlichen seien der Ansicht, endlich etwas Unbedenkliches gefunden zu haben, das trotzdem qualmt. Sogar zu Geburtstagen oder Konfirmationen werden Shishas verschenkt. Holdmann: „Die Jugendlichen, die regelmäßig in der Gruppe die Wasserpfeife rauchen, fühlen sich auch nicht als Raucher.“

Die Auswirkungen des Shisha-Rauchens sind wenig er-



Eher etwas fürs Regal: Eva Liesche und Uwe Holdmann von der Fachstelle für Suchtvorbeugung mit einer Shisha. FOTO: DUNKEL

forscht. Einigkeit besteht jedoch darin, dass Tabak-Konsum in jeder Hinsicht gesundheitsschädlich ist. Zudem wird der Shisha-Rauch, da er in dem mit Wasser gefüllten Behälter gekühlt wird, tiefer in die Lungen inhaliert als der heiße Zigarettenrauch. Holdmann: „Und auch Shisha-Tabak hat Bestandteile, die als krebserregend gelten.“ Die Raucher sähen oft nur das verfarbte Wasser und bekämen so fälschlicherweise suggeriert, dass Schadstoffe ausgefiltert worden seien. Zudem würden Nichtraucher durch die Inhalation an den Lungenzug gewöhnt. „Dennoch sollten Eltern nicht in Panik verfallen“, rät Eva Liesche. Das Shisha-Rauchen könne wegen der unterschiedlichen Konsumformen und -mengen nicht mit dem Zigaretten-Rauchen verglichen werden. Das Rauchen einer Wasserpfeife setzt einen gewissen Aufwand voraus, weswegen es eher in großen Abständen stattfindet. Eine Hysterie sei deshalb nicht angebracht, wohl aber die kritische Beobachtung.