

Nikotinbeutel weiterhin verbieten – junge Menschen vor Nikotinabhängigkeit schützen

- **Nikotinbeutel** können den **Einstieg** in den Nikotinkonsum **erleichtern**, eine Nikotinabhängigkeit fördern **und gesundheitliche Schäden verursachen**.
- Diese Risiken sind für Jugendliche und junge Erwachsene besonders groß.
- Etwa **6% der Jugendlichen und jungen Erwachsenen** (14-24 Jahre) in Deutschland haben Nikotinbeutel schon einmal konsumiert. Der Anteil ist doppelt so hoch wie bei älteren Erwachsenen. **In den letzten Jahren hat der Konsum deutlich zugenommen**.
- **69%** der Personen, die Nikotinbeutel konsumieren, nutzen zusätzlich **mindestens ein weiteres Nikotin- oder Tabakprodukt** wie Zigaretten, E-Zigaretten oder Tabakerhitzer.
- Zu den häufig genannten Konsummotiven der 14- bis 24-Jährigen zählen der **Spaß am Konsum (36%)** sowie die Möglichkeit, Nikotinbeutel an Orten zu verwenden, **an denen das Rauchen von Tabak verboten ist (26%)**.

Nikotinbeutel [Kurz erklärt]

Nikotinbeutel sind kleine Beutel, die Nikotin, Aromastoffe (z.B. Minze, Beeren, Zitrus) und Füllstoffe enthalten, aber keinen Tabak. Sie werden auch „Nikotinpouches“, „White Snus“ oder fälschlicherweise „Snus“ genannt. Nikotinbeutel werden zwischen Lippe und Zahnfleisch gelegt. Das Nikotin wird dann über die Mundschleimhaut aufgenommen. Der Konsum kann zu Nikotinkonzentrationen im Blut führen, die denen von Zigaretten entsprechen oder diese sogar übersteigen. Der Verkauf von Nikotinbeuteln ist aktuell in Deutschland verboten. Dennoch werden sie konsumiert.

Handlungsempfehlungen

- ➔ **Verkaufsverbot** von Nikotinbeuteln in Deutschland **beibehalten**
- ➔ **Einhaltung** des Verkaufsverbots konsequent **kontrollieren** – insbesondere im Onlinehandel
- ➔ **Konsum und Verbreitung** von Nikotinbeuteln kontinuierlich **beobachten**
- ➔ Jugendliche und junge Erwachsene gezielt über die **Risiken** von Nikotinbeuteln und sonstigen Nikotin- und Tabakprodukten **aufklären**



Argumente für die Beibehaltung eines Verkaufsverbots von Nikotinbeuteln

1. EINSTIEG IN DEN NIKOTINKONSUM VERHINDERN

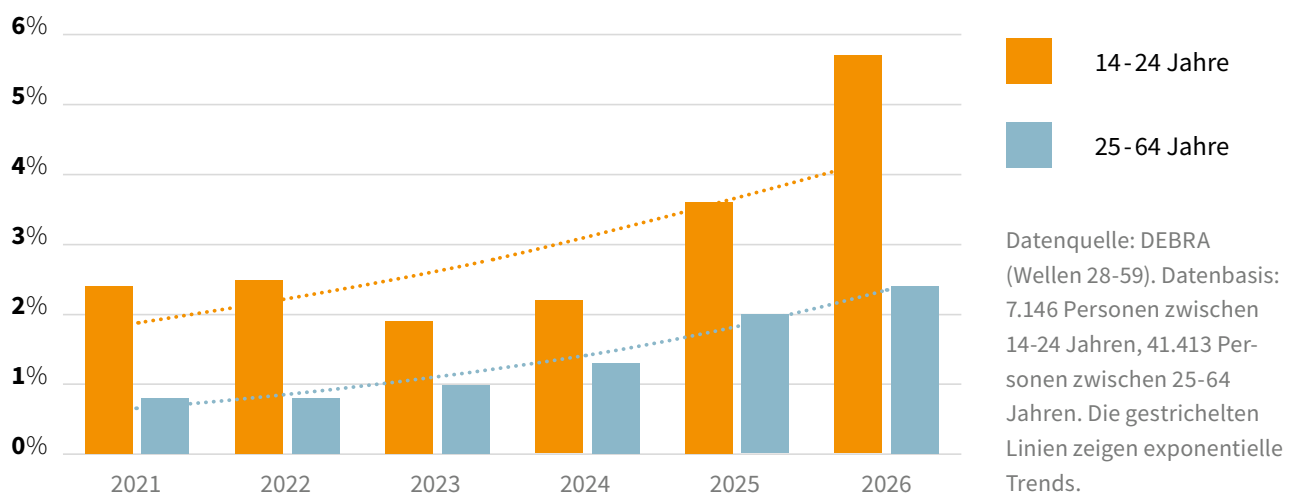
Die einfache und unauffällige Anwendung sowie die Vielzahl an Geschmacksrichtungen erhöhen die Bereitschaft, Nikotinbeutel auszuprobieren – auch von Personen, die zuvor keine Nikotinprodukte konsumiert haben. Marketingstrategien greifen potenziell jugendattraktive Produkteigenschaften wie Geschmack und einfache und diskrete Anwendung auf.^{1,2} Der Hauptgrund für Jugendliche und junge Erwachsene Nikotinbeutel zu nutzen ist, „weil es Spaß macht“ (36%; [Tabelle 1](#)). Obwohl sie in Deutschland nicht verkauft werden dürfen, ist der Konsum in den Jahren 2025 und 2026 deutlich angestiegen ([Abbildung 1](#)). Im Jahr 2026 haben bereits 5,7% der Personen zwischen 14 und 24 Jahren Nikotinbeutel schon einmal konsumiert. Unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist der Anteil der Konsumierenden somit etwa doppelt so hoch wie unter älteren Erwachsenen (25-64 Jahre: 2,4%). Weitere Daten zeigen, dass Nikotinbeutel insbesondere junge Menschen in Deutschland erreichen und den Einstieg in den Nikotinkonsum erleichtern können.^{3,4} Hinzu kommt,

dass beim Vertrieb von Nikotinbeuteln bestehende Jugendschutzregelungen umgangen werden.⁵ Die Weltgesundheitsorganisation befürchtet eine gezielte Ausrichtung auf junge Menschen und die Gefahr einer neuen nikotinabhängigen Generation.⁶

2. ENTWICKLUNG EINER NIKOTINABHÄNGIGKEIT VERHINDERN

Nikotinbeutel können hohe Mengen an Nikotin enthalten (bis zu 50mg pro Beutel), und das Nikotin wird teilweise schneller aufgenommen als durch das Rauchen einer Zigarette.^{7,8} Nikotin aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn.⁹ Dabei wird unter anderem Dopamin ausgeschüttet, was angenehme Gefühle auslösen und den Wunsch nach erneutem Konsum verstärken kann. Bei regelmäßigem Konsum gewöhnt sich das Gehirn an die Nikotinzufuhr, sodass eine Abhängigkeit entstehen kann. Wird der Konsum reduziert oder beendet, können Entzugssymptome wie Reizbarkeit, Unruhe oder starkes Verlangen nach Nikotin auftreten, die das Aufhören erschweren. Jugendliche und junge Erwachsene sind besonders anfällig für die Entwicklung einer Nikotinabhängigkeit, da sich ihr Gehirn noch in der Entwicklung befindet.¹⁰

Abbildung 1: Anteil der Personen in Deutschland, die aktuell Nikotinbeutel konsumieren oder früher konsumiert haben – aufgeteilt nach Altersgruppen



Nikotinkonsum kann die Entwicklung des Gehirns beeinflussen, insbesondere in Bereichen, die für Aufmerksamkeit, Lernen und Impulskontrolle zuständig sind.¹¹

3. GESUNDHEITSRISIKEN REDUZIEREN

Nikotinbeutel sehen unbedenklich aus und erzeugen gegenüber anderen Nikotin- und Tabakprodukten keinen Rauch und keinen unangenehmen Geruch. Dadurch können ihre Gesundheitsrisiken unterschätzt werden. Das Bundesamt für Risikobewertung sieht diese Risiken insbesondere für Kinder, Jugendliche, Nichtraucher, Schwangere und Stillende.¹² Neben der Gefahr einer Nikotinabhängigkeit beeinträchtigen Nikotinbeutel die Mundgesundheit, da sie über längere Zeit im Mund gehalten werden. Mögliche Folgen sind Reizungen, Veränderungen und Schädigungen der Mundschleimhaut, Mundtrockenheit, Schmerzen, Blasen am Zahnfleisch und Gefühlsveränderungen im Kiefer.¹³ Zudem wurden in Nikotinbeuteln Stoffe nachgewiesen, die als krebserregend eingestuft werden.^{7,14} Die langfristigen Auswirkungen auf die Gesundheit von Konsumierenden sind wegen der kurzen Marktpräsenz noch unerforscht. Darüber hinaus besteht insbesondere für Kleinkinder die Gefahr, die kleinen Beutel zu verschlucken, was zu schweren gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen kann.¹⁵

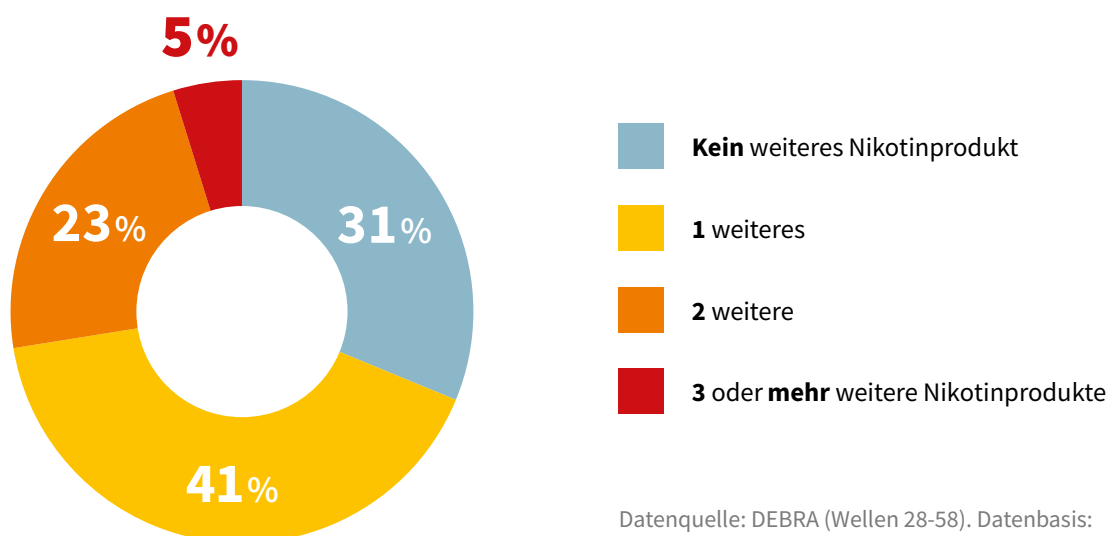
4. MEHRFACHKONSUM VERSCHIEDENER NIKOTIN- UND TABAKPRODUKTE REDUZIEREN

Personen, die Nikotinbeutel konsumieren, gebrauchen häufig auch andere Nikotin- und Tabakprodukte.^{16,17} In Deutschland nutzen 69% der Personen, die Nikotinbeutel konsumieren, mindestens ein weiteres Nikotinprodukt (**Abbildung 2**). Dazu zählen insbesondere Zigaretten, E-Zigaretten und Tabakerhitzer. Nikotinbeutel können zudem in Situationen konsumiert werden, in denen das Rauchen nicht erlaubt oder nicht möglich ist. Dies kann den Konsum mehrerer, unterschiedlicher Nikotin- und Tabakprodukte fördern. 26% der Konsumierenden nennen diese Möglichkeit als Grund für die Nutzung (**Tabelle 1**). 19% nutzen Nikotinbeutel, um ganz mit dem Rauchen aufzuhören, obwohl es keine Evidenz gibt, dass Nikotinbeutel hierbei helfen.¹⁸ Der Konsum mehrerer Nikotinprodukte kann die Gesamtnikotinaufnahme erhöhen und zu einer stärkeren Nikotinabhängigkeit beitragen.¹⁹

5. ANSTIEG DES KONSUMS VERMEIDEN

Nikotinbeutel werden in verschiedenen Ländern unterschiedlich reguliert.²⁰ Dabei zeigen sich vergleichsweise höhere Konsumraten in Ländern, wo der Verkauf grundsätzlich erlaubt oder reguliert ist. In Polen beispielsweise, wo Nikotinbeutel als rauchfreie Tabakwaren reguliert und an Verkaufsstellen sowie im Internet intensiv beworben werden, ist der Anteil der

Abbildung 2: Anteil Nikotinbeutel-Konsumierender, die weitere Nikotinprodukte konsumieren



Datenquelle: DEBRA (Wellen 28-58). Datenbasis: 60 aktuell Nikotinbeutel-Konsumierende.

Tabelle 1: Die fünf häufigsten Gründe für den Konsum von Nikotinbeuteln
(Mehrfachnennung möglich)

Grund	14-24-Jährige	25-64-Jährige	Gesamt
Weil es Spaß macht	36%	33%	35%
Um sie an Orten zu benutzen, wo das Rauchen von Tabak verboten ist	21%	30%	26%
Weil es mich geistig leistungsfähiger macht, zum Beispiel beim konzentrierten Arbeiten	14%	25%	20%
Um weniger Tabak zu rauchen, ohne ganz mit dem Rauchen aufzuhören	14%	23%	19%
Um mit dem Rauchen von Tabak ganz aufzuhören	23%	14%	19%

Datenquelle: DEBRA (Wellen 29-58). Datenbasis: 55 Personen zwischen 14-24 Jahren, 52 Personen zwischen 25-64 Jahren, die aktuell Nikotinbeutel konsumieren oder früher regelmäßig konsumiert haben.

Konsumierenden in der Bevölkerung deutlich höher als in anderen europäischen Ländern: Dort haben 9,2% der Bevölkerung schon einmal Nikotinbeutel konsumiert, und 4,3% nutzen diese aktuell.^{17,21} In Finnland stieg der Konsum von Nikotinbeuteln unter Jugendlichen stark an, nachdem sie im April 2023 als Tabakersatzprodukt zum Verkauf freigegeben wurden: 29% der männlichen und 21% der weiblichen Jugendlichen zwischen 16 und 18 Jahren gaben im Jahr 2025 an, diese schon mal genutzt zu haben.²² Die Erfahrungen aus anderen Ländern deuten darauf hin, dass eine Aufhebung des Verkaufsverbots in Deutschland zu einem Anstieg des Konsums beitragen könnte. Ein bestehendes Verkaufsverbot kann dagegen dazu beitragen, die weitere Verbreitung von Nikotinbeuteln zu begrenzen.

6. RE-NORMALISIERUNG DES TABAK- UND NIKOTINKONSUMS VERHINDERN

Gesetzliche Regulierungen und andere Maßnahmen haben in den letzten Jahrzehnten eine Veränderung der Norm angestoßen, wodurch das Rauchen konventioneller Tabakprodukte an sozialer Anerkennung verlor. Diese De-Normalisierung des Tabak- und Nikotinkonsums ist weiterhin ein wichtiges Ziel der

Prävention.²³ Eine geringe Sichtbarkeit und Verfügbarkeit von Nikotinprodukten trägt dazu bei, nikotinfreie Lebenswelten zu fördern, vor allem für Kinder und Jugendliche. Die Aufhebung des Verkaufsverbots für Nikotinbeutel würde diesem Ziel entgegenstehen, da sie die Verfügbarkeit und Sichtbarkeit eines weiteren Nikotinprodukts im Alltag erhöhen könnte.

7. AUSWEITUNG DES MARKTES FÜR NEUE NIKOTINPRODUKTE VERHINDERN

Nikotinbeutel sind Teil eines wachsenden Marktes für neue, nicht-pharmazeutische Nikotinprodukte.⁶ Marken und Hersteller von Nikotinbeuteln gehören teilweise zu Unternehmen, die auch andere Nikotin- und Tabakprodukte herstellen oder vertreiben. Neben E-Zigaretten und Nikotinbeuteln werden zunehmend weitere nikotinhaltige, genussorientierte Produkte entwickelt und vermarktet, wie Nikotinzahnstocher, -bonbons oder -getränke. Das Verkaufsverbot von Nikotinbeuteln kann dazu beitragen, das Wachstum des Marktes zu begrenzen und die Verbreitung neuer Formen des Nikotinkonsums einzudämmen. Dies stärkt den Gesundheitsschutz – insbesondere für junge Menschen.

➔ Methodik der DEBRA Studie

Die Deutsche Befragung zum Rauchverhalten (DEBRA) besteht aus einer Reihe repräsentativer Befragungen, sogenannter Wellen. In jeder einzelnen Welle werden etwa 1.500 in Deutschland lebende Personen im Alter von 14 bis 64 Jahren persönlich-mündlich zu Hause interviewt. Für die vorliegenden Ergebnisse wurden Daten von insgesamt 48.559 Personen der Wellen 28 bis 59 ausgewertet (Zeitraum Februar 2021 bis Juli 2026). Die Daten wurden dabei gewichtet, um repräsentative Ergebnisse zu erhalten.

Mehr zu DEBRA: www.debra-study.info

Literatur

1. Czaplicki et al. Content analysis of marketing features in US nicotine pouch ads from 2021 to 2023. *Tobacco Control*. 2024;tc-2024-059010.
2. Lyu et al. Advertising the leading US nicotine pouch brand: a content analysis of ZYN advertisements from 2019 to 2023. *Tobacco Control*. 2025;tc-2024-059145.
3. Orth et al. Die Drogenaffinität Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland 2025. Cannabis – aktuelle Entwicklungen und Trends. BIÖG-Forschungsbericht. Köln: Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit;2025.
4. Hanewinkel et al. Konsum von Nikotinbeuteln im Kindes- und Jugendalter. *Laryngorhinootologie*. 2024.
5. Hanewinkel et al. Neue Nikotinprodukte unterlaufen gesetzliche Bestimmungen und den Jugendschutz. *Pneumologie*. 2025(EFirst).
6. World Health Organization. Exposing marketing tactics and strategies driving the global growth of nicotine pouches [Zugriff 23.06.2026: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240114920>].
7. Mallock et al. Levels of nicotine and tobacco-specific nitrosamines in oral nicotine pouches. *Tobacco Control*. 2024;33(2):193–199.
8. Mallock-Ohnesorg et al. Small pouches, but high nicotine doses—nicotine delivery and acute effects after use of tobacco-free nicotine pouches. *Frontiers in Pharmacology*. 2024;Volume 15 - 2024.
9. Benowitz. Nicotine Addiction. *The New England Journal of Medicine*. 2010;362:2295–2303.
10. Castro et al. Nicotine on the developing brain. *Pharmacological Research*. 2023;190:106716.
11. National Academies of Sciences Engineering and Medicine (NASEM). Public health consequences of e-cigarettes [Zugriff 18.02.202: <https://www.nap.edu/catalog/24952/public-health-consequences-of-e-cigarettes>].
12. Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR). Gesundheitliche Bewertung von Nikotinbeuteln (Nikotinpouches) [Zugriff 21.08.2026: <https://www.bfr.bund.de/stellungnahme/gesundheitliche-bewertung-von-nikotinbeuteln-nikotinpouches/>].
13. Rungraungrayabkul et al. What is the impact of nicotine pouches on oral health: a systematic review. *BMC Oral Health*. 2024;24(1):889.
14. Dennison Himmelfarb et al. Impact of Smokeless Oral Nicotine Products on Cardiovascular Disease: Implications for Policy, Prevention, and Treatment: A Policy Statement From the American Heart Association. *Circulation*. 2025;151(1):e1–e21.
15. Olivas et al. Nicotine Ingestions Among Young Children: 2010–2023. *Pediatrics*. 2025;156(2).
16. Sirelkhatim et al. The Use of Oral Nicotine Pouches in Adolescents: Systematic Review and Meta-Analysis. *J Adolescent Health*. 2026 June 8 [online first].
17. Mahmoodianfard et al. Prevalence and risk perceptions of nicotine pouch use: A systematic review of population-based studies. *Addiction*. 2026 June 12 [online first].
18. Hartmann-Boyce et al. Oral nicotine pouches for cessation or reduction of use of other tobacco or nicotine products. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2025(10).
19. Sung et al. Polytabacco Use and Nicotine Dependence Symptoms Among US Adults, 2012–2014. *Nicotine & Tobacco Research*. 2018;20(suppl_1):S88–S98.
20. Duren et al. Nicotine pouches: a summary of regulatory approaches across 67 countries. *Tobacco Control*. 2024;33(e1):e32–e40.
21. Jankowski et al. Awareness and use of nicotine pouches in a nationwide sample of adults in Poland. *Tobacco Induced Diseases*. 2024;22(September):1–12.
22. Ollila et al. Use and acquisition of tobacco and nicotine products among youth between 2017 and 2025. *Data Brief* 36/2025 [Zugriff 18.08.2026: <https://www.julkari.fi/server/api/core/bitstreams/db24262c-40bf-450d-8f97-f4480261e8b3/content>]. Helsinki: Finnish Institute for Health and Welfare;2025.
23. World Health Organisation (WHO). Framework Convention on Tobacco Control [Zugriff 17.11.2025: <https://fctc.who.int/resources/publications/i/item/9241591013>]. *Diseases*. 2024;22(September):1–12.

Kontakt für weitere Informationen

Univ.-Prof. Dr. Daniel Kotz

Institut für Allgemeinmedizin (ifam)

Centre for Health and Society (chs)

Medizinische Fakultät und

Universitätsklinikum Düsseldorf

Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

Tel: 0211-81-16327

E-Mail: Daniel.Kotz@med.uni-duesseldorf.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages