Aktueller Begriff
Nikotinbeutel: Verwendung und gesundheitliche Auswirkungen

Die EU-Kommission erarbeitet derzeit eine neue Tabakprodukte-Richtliniehttps://health.ec.europa.eu/tobacco/product-regulation_de (TPD 3), die erstmals auch für Nikotinbeutel in der EU einen einheitlichen Rechtsrahmen in Bezug auf Höchstmengen, Aufmachung, Jugendschutz und Kennzeichnung schaffen soll. Sie wird ab Ende 2026 erwartet.

Nikotinbeutel gehören zu den oralen tabakfreien Nikotinprodukten. Sie werden manchmal fälschlich als „Snus“ bezeichnet, obwohl Snus tabakhaltig und nur in Schweden aufgrund einer Sondergenehmigung erhältlich sind. Nikotinbeutel sind 20 bis 38 mm lang und etwa 10 mm breit. Sie werden zwischen Lippen und Gaumen gelegt. Der bioaktive, abhängig machende Wirkstoff Nikotin geht über die Mundschleimhaut ins Blut und von dort in das Gehirn über. Ausgehend von den USA haben sich Nikotinbeutel in den letzten zehn Jahren auch in Deutschland verbreitet.

Eine DAK-Befragung von Schülern mit einem Durchschnittsalter von 13 Jahren von 2022/23 ergab, dass mehr als jeder zwanzigste von ihnen Nikotinbeutel konsumiert hatte. Im Alter von 16 und 17 Jahren waren es bereits 15 Prozent der Jungen und 10 Prozent der Mädchen. Auch Erhebungen aus anderen Ländern belegen, dass Nikotinbeutel insbesondere von Jugendlichen und jungen Erwachsenen verwendet werden – nicht zuletzt, weil andere die Produkte üblicherweise nicht riechen und sehen können. Seitens der Hersteller werden Nikotinbeutel als tabakfreie und damit „gesündere“ Alternative zu Zigaretten beworben. Tatsächlich hoffen viele Konsumenten Befragungen zufolge, dass Nikotinbeutel helfen, mit dem Rauchen aufzuhören. Studien zeigen jedoch, dass ein Misch- und Mehrfachkonsum von Nikotinbeuteln, E-Zigaretten und tabakbasierten Zigaretten gebräuchlich ist.

Die hohe Verbreitungsrate steht im Widerspruch dazu, dass Überwachungsbehörden Nikotinbeutel hierzulande aus dem Verkehr nehmen. Sie werden derzeit als neuartiges Lebensmittel eingestuft, sind als solches aber nicht verkehrsfähig, da sie weder zugelassen sind noch aufgrund des Gehaltes an toxischem Nikotin als solches zugelassen werden könnten. Das Alkaloid Nikotin ist ein in der EU verbotenes Insektizid, das toxisch auf das Nervensystem des Menschen wirkt und stark abhängig macht. Daneben setzen sich Nikotinbeutel analytischen Untersuchungen zufolge aus weit über einhundertfünfzig weiteren Inhaltsstoffen zusammen, zu denen auch Aromastoffe gehören. Weiterhin wurden in der Hälfte der Produkte Spuren krebsauslösender Nitrosamine nachgewiesen.

Die Wirkung des in den Beuteln enthaltenen Nikotins auf den Körper hängt nicht nur vom Gehalt ab, sondern auch davon, in welcher Form es vorliegt. Das Nikotin in den Beuteln kann sowohl

Nr. 16/26 (23. November 2026) **© 2026 Deutscher Bundestag**

Die Wissenschaftlichen Dienste des Deutschen Bundestages unterstützen die Mitglieder des Deutschen Bundestages bei ihrer mandatsbezogenen Tätigkeit. Ihre Arbeiten geben nicht die Auffassung des Deutschen Bundestages, eines seiner Organe oder der Bundestagsverwaltung wieder. Vielmehr liegen sie in der fachlichen Verantwortung der Verfasserinnen und Verfasser sowie der Fachbereichsleitung.

natürlichen Ursprungs sein, indem es aus Tabak mithilfe von Lösemitteln extrahiert wurde, oder synthetischer Natur. Wird das Nikotin rein pflanzlich gewonnen, handelt es sich um das so genannte S-Nikotin. Wird es chemisch hergestellt, findet sich im Produkt in aller Regel eine Mischung aus S-Nikotin und R-Nikotin. S-Nikotin geht schneller ins Blut über als Mischungen aus den beiden Nikotinmolekülformen. Nikotin kann sich zudem als freie Base oder als Salz im Produkt befinden. Nur als freie Base passiert die Substanz die Zellmembranen. In Nikotinbeuteln liegt Nikotin mehrheitlich als freie Base vor, weshalb die Aufnahme ins Blut in den ersten Minuten genauso hoch ist wie beim Rauchen, auch wenn der Nikotingehalt im Produkt insgesamt niedriger liegt. Bei Nikotinbeuteln mit sehr hohen Mengen an Nikotin kann die anfängliche Aufnahmemenge sogar höher sein als beim Zigarettenkonsum. Untersuchungen haben zudem wiederholt ergeben, dass der Nikotingehalt schwankt und in der Größenordnung von 1 bis 2 Milligramm bis zu 56 Milligramm je Beutel liegen kann. Diese Gehalte stimmen allerdings häufig nicht mit Aussagen auf der Packung wie „stark“ oder „mild“ überein. Für Konsumenten besteht damit keine Möglichkeit, den Nikotingehalt einzuschätzen.

Die Langzeitfolgen des Konsums von Nikotinbeuteln sind bis dato kaum untersucht; eine Erhöhung des Risikos für Herz-Kreislauferkrankungen und für Typ 2 Diabetes gelten als plausibel. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit setzte die Dosis an Nikotin, die über die Nahrung in 24 Stunden ohne ein nennenswertes Risiko aufgenommen werden darf, mit 0,8 Mikrogramm je Kilogramm Körpergewicht fest (akute Referenzdosis). Der ab diesem Limit erste messbare Effekt ist die Beschleunigung der Herzfrequenz. Die akute Referenzdosis werde aber schon durch einen einzigen Nikotinbeutel mit dem niedrigsten Nikotingehalt pro Tag um mindestens das 20-fache überschritten, ermittelte das Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheithttps://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2214750024001628. Befragungen zufolge nehmen Konsumenten durchschnittlich fünf bis acht Beutel zu sich. Über den Tag ergäbe sich sodann eine Überschreitung der Referenzdosis um den Faktor 404 bis 1614, wenn der mittlere Nikotingehalt aller untersuchten Nikotinbeutel zu Grunde gelegt wird.

In einer Linie mit diesen Erkenntnissen bewertet das Bundesinstitut für Risikobewertung jede Form des Nikotinkonsums als Steigerung des gesundheitlichen Risikos, insbesondere für Kinder, Jugendliche, Nichtraucher, Schwangere und Stillende sowie Patienten mit Herz-Kreislauferkrankungen. Zur Frage, ob Nikotinbeutel weniger schädlich seien als Zigaretten (Theorie des Schadensminimierung) und sich zur Rauchentwöhnung eignen, gibt es bisher nur wenige unabhängige wissenschaftliche Vergleichsdaten mit nur begrenzter Evidenz. Einerseits enthalten Nikotinbeutel bestimmte krebserzeugende Substanzen aus dem Tabakrauch nicht. Andererseits wurden in Nikotinbeuteln zahlreiche andere Substanzen, insbesondere Aroma- und Geschmacksstoffe, Süßstoffe, pH-Puffer, Füllmaterialien und Feuchthaltemittel (z. B. Propylenglykol und Triacetin), teils krebserregende Nitrosamine sowie Kühlsubstanzen nachgewiesen. Nikotinbeutel sind derzeit kein zur Rauchentwöhnung zugelassenes Medikament wie etwa Nikotinpflaster.

Quellen und Literatur:

- Wissenschaftliche Dienste des Deutschen Bundestages, Gesundheitliche Auswirkungen des Konsums von Nikotinbeuteln, WD 8-042/26 vom 15. Juni 2026, Zusammenfassung der Studienlage.
- Bundesinstitut für Risikobewertung (2022). Gesundheitliche Bewertung von Nikotinbeuteln. Aktualisierte Stellungnahme Nr. 023/2022 vom 7. Oktober 2022.