Nicotine Product Harm Perception

Report 2026

Deutschland

HAYPP

Einleitung

- **Deutschland ist über das Rauchen aufgeklärt, aber nicht über schadensärmere Alternativen**
- **Drei von vier Deutschen halten Vaping für genauso schädlich oder schädlicher als Rauchen**
- **Der Nikotin-Irrtum sitzt tief: 73,5 Prozent glauben fälschlich, dass Nikotin Krebs verursacht**
- **Junge Erwachsene sind am stärksten fehlinformiert und halten Rauchen zugleich wieder häufiger für „in“**

Die deutschen Ergebnisse des Nicotine Product Harm Perception Report 2026 zeigen gleichzeitig ein klares und widersprüchliches Bild: Die Menschen in Deutschland wissen sehr gut, dass Rauchen gesundheitsschädlich ist. Gleichzeitig enthüllt die Studie massive Wissenslücken über die Risiken nikotinhaltiger Alternativen. Gerade bei Vapes und Nikotinbeuteln zeigt sich, dass viele Deutsche diese Produkte fälschlicherweise als genauso schädlich oder sogar schädlicher einstufen als Zigaretten. Oft verwechseln sie auch Nikotin und Rauch: Eine große Mehrheit glaubt daher, dass Nikotin Krebs verursacht, etwa die Hälfte hält Nikotin für den schädlichsten Bestandteil von Zigaretten.

Diese Wissenslücken sind gesundheitspolitisch relevant. Denn wenn Erwachsene zwar die Gefahren des Rauchens erkennen, aber schadensärmere Alternativen nicht korrekt einordnen können, wird der Wechsel von der Zigarette zu den Rauchalternativen unattraktiver. Mit den Fehlbeurteilungen steht Deutschland nicht allein da. Auch in den USA und Großbritannien ist falsches Wissen über Nikotin und alternative Produkte weit verbreitet.

Die wichtigsten Ergebnisse aus Deutschland auf einen Blick

Wissen über Nikotin

- **73,5 Prozent** der Deutschen glauben, dass Nikotin Krebs verursacht – deutlich mehr als in den USA (64,9 %) und im UK (60 %)
- **50,4 Prozent** halten Nikotin für den schädlichsten Bestandteil einer Zigarette (USA 45,7 %; UK 47 %)
- **48,1 Prozent** sind der Meinung, dass Nikotinbeutel oder Snus Mundkrebs verursachen – deutlich weniger als in den USA (71,2 %), aber mehr als UK (42 %)
- **53,0 Prozent** denken, dass Vaping mehr Chemikalien freisetzt als Rauchen (UK 46 %)

Wahrnehmung des relativen Risikos

- **74,7 Prozent** glauben, dass Vaping genauso schädlich oder schädlicher ist als Rauchen – vergleichbar wie in den USA (73 %), signifikant mehr als im UK (59 %)
- **69,4 Prozent** denken, dass Nikotinbeutel genauso schädlich oder schädlicher sind als Zigaretten (USA 60,6 %; UK 45 %)
- **46,3 Prozent** glauben, dass es in Deutschland eine Vaping-Epidemie gibt – deutlich weniger als in den USA (70,5 %) oder im UK (78 %)

Öffentliche Akzeptanz

- **26,4 Prozent** stimmen zu, dass Rauchen wieder in Mode ist – wieder mehr als in den USA (16,6 %) und im UK (22 %)
- In den Gruppen der 18- bis 24-Jährigen und der 25- bis 34-Jährigen glauben das sogar **35,5** (UK 51 %) beziehungsweise **36,8 Prozent** (USA 36,3 %; UK 42 %)

Informationsgrad

- **67,1 Prozent** fühlen sich gut oder eher gut über Nikotinprodukte informiert – trotz weit verbreiteter Fehlannahmen (USA 68,9 %; UK 62 %)

Diskrepanz zwischen Selbstbild und Wissensstand

In Deutschland halten sich zwei Entwicklungen gleichzeitig. Erstens ist das Wissen über die Schädlichkeit des Rauchens groß: 94,6 Prozent stufen Zigaretten als schädlich ein, 70 Prozent sogar als sehr schädlich.

Das Wissen nimmt aber dort ab, wo es um relative Risiken des Rauchens im Vergleich zu rauchfreien Alternativen geht: 74,7 Prozent der Befragten halten Vaping für genauso oder schädlich(er) als Rauchen. Bei Nikotinbeuteln liegt dieser Wert mit 69,4 Prozent ebenfalls sehr hoch. Selbst bei etablierten Nikotinersatzprodukten ist das Bild unscharf: 39,5 Prozent bewerten Nikotinkaugummis als genauso oder schädlich(er) als Rauchen, bei Nikotinpflastern sind es 31,7 Prozent.

Besonders groß ist der Irrtum über Nikotin selbst: 73,5 Prozent der Deutschen glauben, Nikotin verursache Krebs. 50,4 Prozent meinen außerdem, Nikotin sei der schädlichste Bestandteil einer Zigarette. Parallel dazu fühlen sich 67,1 Prozent nach eigener Aussage gut oder eher gut über die Gesundheitsrisiken verschiedener Nikotinprodukte informiert. **Diese Diskrepanz zwischen Selbstbild und Wissensstand ist eines der auffälligsten Ergebnisse der Untersuchung.**

Auch das kulturelle Umfeld ist relevant. 26,4 Prozent der in Deutschland Befragten stimmen zu, dass Rauchen wieder in Mode ist. In der Altersgruppe 18 bis 24 Jahre liegt dieser Wert bei 35,5 Prozent, bei den 25- bis 34-Jährigen bei 36,8 Prozent. 19,5 Prozent stimmen außerdem der Aussage zu, dass Rauchen cool sei. Zugleich glauben 46,3 Prozent, es gebe in Deutschland eine Vaping-Epidemie. Unter den 18- bis 24-Jährigen steigt dieser Wert auf 68,6 Prozent.

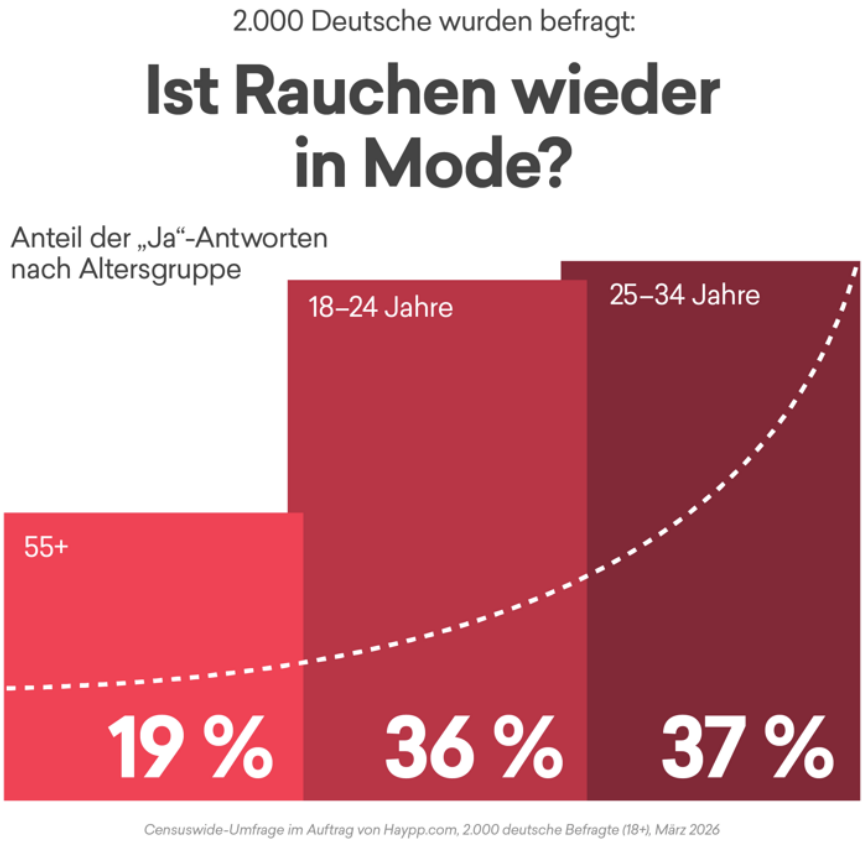
Wieder „in“: Das kulturelle Klima in Bezug auf Rauchen ändert sich

Die deutschen Daten deuten darauf hin, dass Zigaretten kulturell wieder sichtbarer und für jüngere Erwachsene wieder anschlussfähiger werden. 25,8 Prozent der Befragten sagen, dass es heute mehr Fotos von Prominenten und Influencern beim Rauchen gibt als in früheren Jahren. Noch wichtiger ist aber, dass mehr als ein Viertel der Gesamtbevölkerung Rauchen als „back in fashion“ wahrnimmt. In den jüngeren Altersgruppen steigt dieser Eindruck deutlich an.

Im Vergleich zu den USA ist das bemerkenswert. Dort stimmen nur 16,6 Prozent insgesamt der Aussage zu, dass Rauchen wieder in Mode sei. Deutschland liegt also klar vorne. Bei den 25- bis 34-Jährigen ist der Abstand kleiner: Deutschland erreicht 36,8

Prozent, die USA 36,3 Prozent. Das spricht dafür, dass sich die Normalisierung des Rauchens in beiden Märkten besonders stark in jüngeren erwachsenen Kohorten zeigt, in Deutschland aber breiter in die Gesamtbevölkerung hineinreicht.

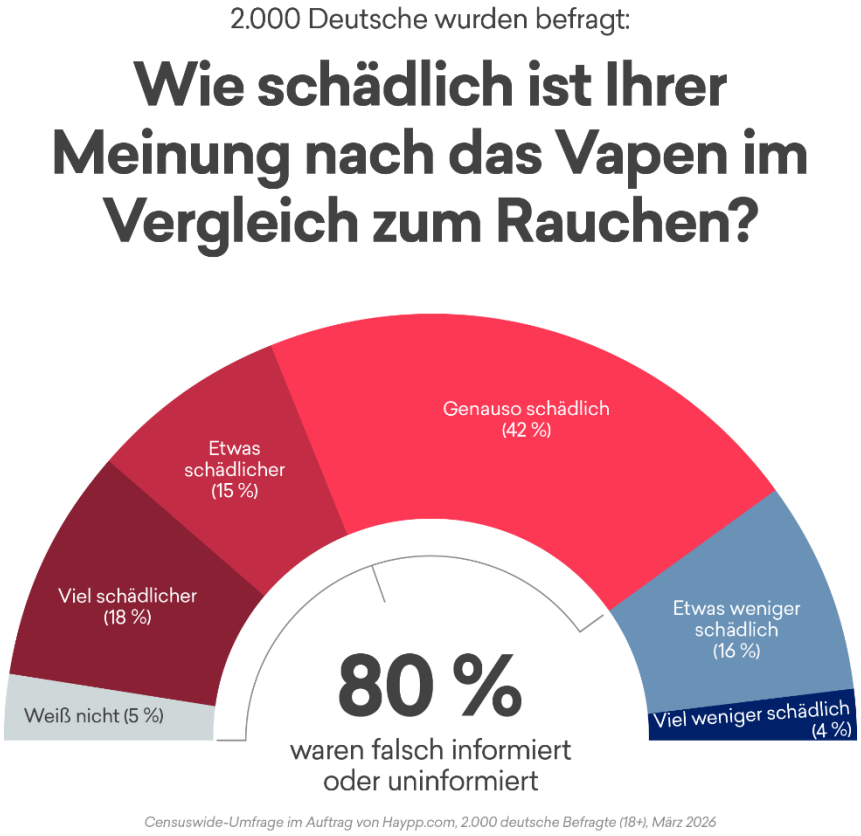
Mit den Ergebnissen aus Großbritannien zeigt sich ebenfalls eine starke Übereinstimmung. Insgesamt stimmen dort 22 Prozent zu, dass Rauchen wieder in Mode sei. In der Altersgruppe der 18- bis 24-Jährigen sind es sogar 51 Prozent, bei den 25- bis 34-Jährigen 42 Prozent. Deutschland liegt insgesamt etwas höher als das Vereinigte Königreich, in den jüngeren Altersgruppen aber etwas darunter. Der Befund ist in allen drei Märkten ähnlich: Die kulturelle Distanz zur Zigarette nimmt bei jüngeren Erwachsenen ab.



Auffällig ist zudem die Bewertung im Verhältnis zu Alternativen. 27,0 Prozent der Deutschen finden Rauchen cooler als Vaping. Noch deutlicher ist die Differenz bei Nikotinbeuteln: 36,8 Prozent halten Rauchen für cooler als die Nutzung von Nikotinbeuteln oder Snus. Gerade hier wirkt die Zigarette in der Wahrnehmung vieler offenbar sozial attraktiver als das eigentlich schadensärmere Produkt. Das ist eine problematische Konstellation: Wenn Alternativen gesundheitlich über- und sozial unterschätzt werden, bleibt die Zigarette kulturell konkurrenzfähig.

Relatives Risiko: Schädlichkeit von Zigaretten wird im Vergleich zu Alternativprodukten oft falsch wahrgenommen

Am deutlichsten wird die Fehlwahrnehmung beim Vergleich zwischen Rauchen und alternativen Produkten. Beim Vaping sagen nur 19,8 Prozent der Deutschen, dass es weniger schädlich sei als Rauchen. Dagegen stufen 42 Prozent Vaping als genauso schädlich ein und 32,7 Prozent sogar als schädlicher. Insgesamt halten also 74,7 Prozent Vaping für genauso oder schädlich(er) als Zigaretten.



Damit liegt Deutschland praktisch auf dem Niveau der USA, wo 73 Prozent Vaping als genauso oder schädlich(er) als Rauchen einschätzen. Gegenüber UK fällt Deutschland sogar deutlich negativer aus: Dort liegt der entsprechende Wert bei 59 Prozent. Der deutsche Markt ähnelt beim Vaping also eher dem US-Muster als dem britischen.

Noch gravierender ist das Bild bei Nikotinbeuteln. Nur 16,9 Prozent halten sie für weniger schädlich als Rauchen, 43,3 Prozent für genauso schädlich und 26,1 Prozent für schädlicher. Zusammen ergibt das 69,4 Prozent, die Nikotinbeutel als mindestens so schädlich wie Zigaretten sehen. In den USA liegt dieser Wert bei 60,6 Prozent, im UK

nur bei 45 Prozent. Hier weicht Deutschland besonders stark ab. Nikotinbeutel gehören in Deutschland klar zu den am stärksten missverstandenen Produktkategorien.

Die Ergebnisse zu Nikotinersatzprodukten sind ebenfalls relevant, weil sie zeigen, wie weit die Verwirrung reicht. Zwar werden Kaugummis und Pflaster etwas realistischer bewertet als Vapes und Nikotinbeutel, doch auch hier ist das Verständnis begrenzt: Nur 50,3 Prozent stufen Nikotinkaugummis als weniger schädlich ein, bei Pflastern sind es 59,7 Prozent.

Das heißt umgekehrt: Ein erheblicher Teil der Bevölkerung sieht selbst medizinisch etablierte Produkte nicht klar als risikoärmer an. Gegenüber UK fällt Deutschland hier ab. Dort halten 28 Prozent Kaugummis und 27 Prozent Pflaster für genauso oder schädlicher als Rauchen; in Deutschland liegen diese Anteile bei 39,5 beziehungsweise 31,7 Prozent.

Auffällig ist zudem der Altersgradient: Gerade jüngere Erwachsene bewerten Alternativen besonders häufig falsch. Bei den 18- bis 24-Jährigen halten 45,5 Prozent Vaping für schädlicher als Rauchen, bei Nikotinbeuteln sind es 36,4 Prozent. Die

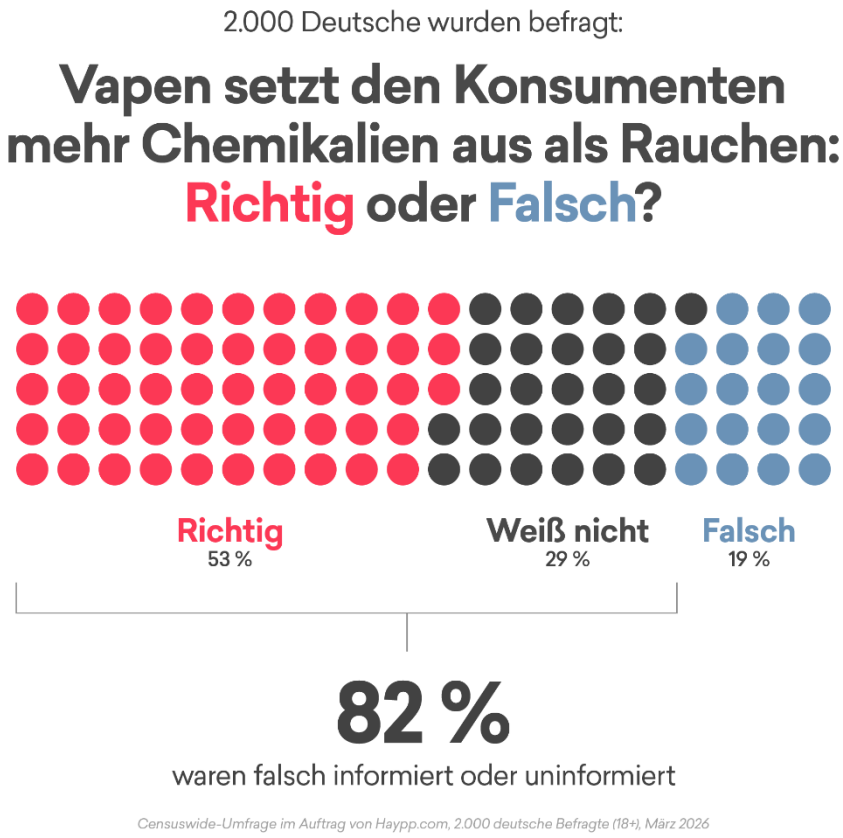
jüngeren Gruppen sind also nicht nur kulturell offener für das Rauchen, sondern ordnen die relativen Risiken alternativer Produkte auch besonders schlecht ein.

Falscher „Feind“: Ursachen von Missverständnissen

Die deutsche Befragung zeigt, dass die Fehlwahrnehmungen nicht erst beim Produktvergleich beginnen, sondern bei Nikotin selbst: 73,5 Prozent glauben, dass Nikotin Krebs verursacht. Das ist – wissenschaftlich belegt – nicht nur einer der zentralen Irrtümer, sondern auch eine Wissenslücke, bei der Deutschland schlechter abschneidet als beide Vergleichsländer. In den USA liegt dieser Wert bei 64,9 Prozent, im UK bei 60 Prozent. Deutschland sticht hier also deutlich heraus.

Ähnlich sieht es bei der Aussage aus, Nikotin sei der schädlichste Bestandteil der Zigarette. 50,4 Prozent der Deutschen halten diese Aussage für wahr. Das liegt über dem UK-Wert von 47 Prozent und noch deutlicher über dem US-Wert von 45,7 Prozent. Auch hier ist der Befund klar: Die Verwechslung von Nikotin mit den Schäden durch Qualm ist in Deutschland besonders ausgeprägt.

Weitere Einzelmythen bestätigen dieses Muster. 53 Prozent glauben, Vaping setze Nutzer mehr Chemikalien aus als Rauchen. Auch hier liegt Deutschland über dem Vereinigten Königreich, wo der Wert bei 46 Prozent liegt. 48,1 Prozent glauben, Nikotinbeutel und Snus verursachten Mundkrebs. Das ist zwar deutlich weniger als in den USA mit 71,2 Prozent, liegt aber immer noch über dem UK-Wert von 42 Prozent. 50,1 Prozent meinen außerdem, Passivdampf sei so schädlich wie Passivrauchen.

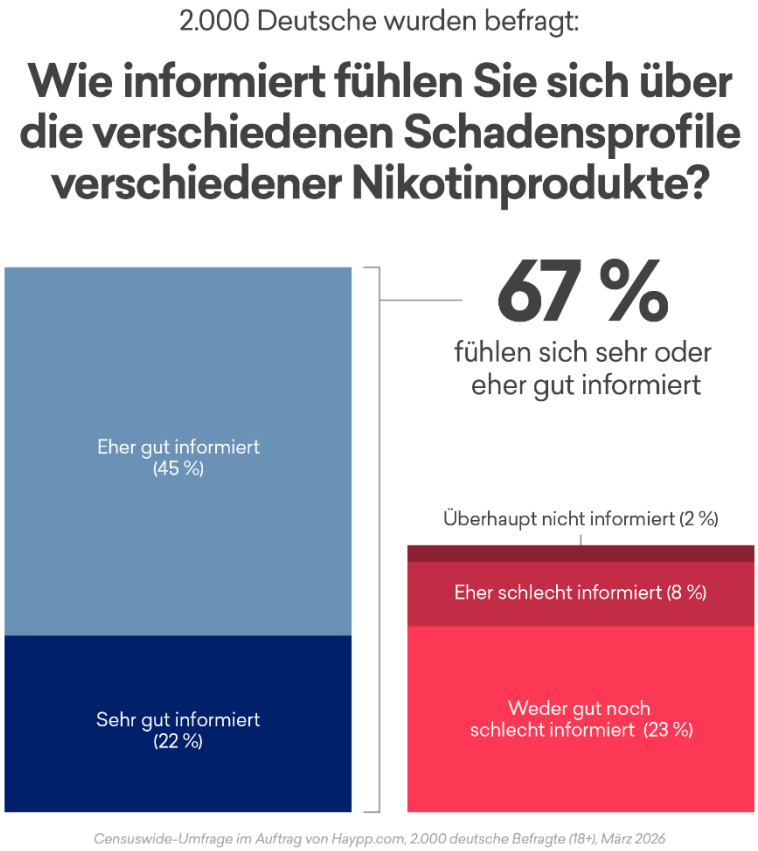


Gleichzeitig ist das Wissen nicht durchgehend schwach. 91,7 Prozent wissen, dass Nikotin abhängig macht, und nur 17,9 Prozent glauben, die Schäden des Rauchens würden übertrieben. Die Bevölkerung erkennt also das Risiko des Rauchens selbst durchaus an. Das Problem ist nicht mangelnde Sensibilität für Gesundheitsgefahren, sondern eine fehlerhafte Zuordnung der Ursachen und der relativen Risiken.

Gefühlt gut informiert: Nachrichtenmedien sind meistgenannte Quelle

Besonders relevant ist die Lücke zwischen empfundenem und tatsächlichem Wissen. 67,1 Prozent der Deutschen fühlen sich gut oder eher gut informiert. Das ist fast identisch mit den USA mit 68,9 Prozent und sogar höher als im UK mit 62 Prozent. Gleichzeitig zeigt fast jede zentrale Wissensfrage, dass breite Teile der Bevölkerung bei

Nikotin, Vaping und Nikotinbeuteln falschliegen. Die Fehleinschätzungen entstehen also nicht trotz eines als gering empfundenen Informationsstands, sondern gerade bei hoher subjektiver Sicherheit.



Die Hauptquellen für Informationen liefern einen möglichen Erklärungsansatz. In Deutschland nennen 37,3 Prozent die Nachrichtenmedien als Informationsquelle, gefolgt von Freunden und Familie mit 31,0 Prozent, medizinischen Websites mit 30,9 Prozent und öffentlichen Gesundheitsbehörden mit 30,3 Prozent.

Die Nachrichtenmedien sind damit die meistgenannte Quelle. Das unterscheidet Deutschland leicht vom UK, wo Public Health Agencies mit 35 Prozent knapp vor News Media mit 33 Prozent liegen. In den USA wiederum spielen News Media, Freunde und Familie sowie Gesundheitsbehörden ebenfalls eine zentrale Rolle. Über alle drei Märkte hinweg ergibt sich damit ein konsistentes Bild: Die Informationskanäle mit der größten Reichweite vermitteln offenkundig kein klares Verständnis relativer Risiken.

Hinzu kommt, dass 16,1 Prozent der Deutschen angeben, sich gar nicht aktiv zu informieren. Bei den über 55-Jährigen steigt dieser Wert auf 23,0 Prozent. Gleichzeitig

fühlen sich vor allem jüngere Gruppen besonders informiert: 71,9 Prozent der 18- bis 24-Jährigen und 74,3 Prozent der 25- bis 34-Jährigen sagen das von sich. Gerade dort sind aber mehrere Fehlwahrnehmungen überdurchschnittlich stark ausgeprägt. Auch das spricht dafür, dass nicht nur die Informationsmenge das Problem ist, sondern vor allem die Informationsqualität.

Unterschiede bei Alter und Herkunft

Ein Blick auf die unterschiedlichen Altersgruppen zeigt ein klares und konsistentes Muster: Jüngere Erwachsene weisen mehr Fehlwahrnehmungen auf als ältere Befragte. Insbesondere in den Gruppen der 18- bis 34-Jährigen werden Vaping und Nikotinbeutel überdurchschnittlich häufig als genauso schädlich oder sogar schädlicher als Zigaretten eingeschätzt. Gleichzeitig ist in diesen Altersgruppen die Zustimmung zur Aussage, es gebe eine „Vaping-Epidemie“, deutlich höher als im Gesamtdurchschnitt. Auffällig ist auch, dass sich gerade diese Zielgruppen am besten informiert fühlen, obwohl ihre Einschätzungen in zentralen Fragen am weitesten von der wissenschaftlichen Evidenz abweichen. Die Kombination aus hoher subjektiver Sicherheit und fehlerhaftem Wissen macht jüngere Erwachsene zu einer besonders relevanten Zielgruppe für Aufklärungsmaßnahmen.

Parallel dazu zeigt sich in den jüngeren Altersgruppen auch ein kultureller Effekt: Rauchen wird häufiger als gesellschaftlich akzeptiert oder sogar als wieder „in“ wahrgenommen. Während im Gesamtschnitt rund ein Viertel der Befragten dieser Aussage zustimmt, liegen die Werte bei den 18- bis 34-Jährigen deutlich darüber. Damit treffen in diesen Gruppen zwei Entwicklungen aufeinander: eine steigende kulturelle Offenheit gegenüber Zigaretten und eine gleichzeitig verzerrte Wahrnehmung der Risiken alternativer Produkte. Diese Konstellation kann dazu beitragen, dass die Zigarette im Vergleich zu weniger schädlichen Alternativen wieder attraktiver erscheint.

Regionale Unterschiede fallen im Vergleich zu den Altersunterschieden insgesamt weniger stark ins Gewicht, dennoch lassen sich auch hier Muster erkennen. In urban geprägten Regionen ist die Wahrnehmung von Rauchen als gesellschaftlicher Trend tendenziell ausgeprägter, was auf eine stärkere Präsenz in Medien und Popkultur hindeutet. Gleichzeitig zeigen einige Regionen eine höhere Skepsis gegenüber alternativen Nikotinprodukten, insbesondere bei der Einschätzung ihrer gesundheitlichen Risiken. Insgesamt deutet dies darauf hin, dass die Fehlwahrnehmungen weniger durch einzelne regionale Ausreißer geprägt sind. Vielmehr stellen sie ein breites, gesellschaftliches Phänomen dar, das sich über alle Regionen hinweg zeigt – wenn auch mit unterschiedlichen kulturellen Ausprägungen.

Fazit

Die deutschen Daten zeigen keinen Mangel an Problembewusstsein gegenüber dem Rauchen, sondern ein massives Defizit bei der Einordnung relativer Risiken. Fast alle wissen, dass Zigaretten schädlich sind. Doch genau dort, wo dieses Wissen in eine gesundheitsbezogene Entscheidung übersetzt werden müsste, versagt es. Vapes und Nikotinbeutel werden häufig als genauso schädlich oder sogar schädlicher als Zigaretten wahrgenommen. Nikotin selbst wird in hohem Maß für Krebs und für die Hauptschäden des Rauchens verantwortlich gemacht. Zugleich hält sich ein wachsendes kulturelles Moment zugunsten der Zigarette, vor allem bei jüngeren Erwachsenen.

Im internationalen Vergleich ergibt sich ein klares Muster. Deutschland ähnelt den USA stark bei der Fehlwahrnehmung von Vaping und schneidet beim Mythos „Nikotin verursacht Krebs“ sogar schlechter ab als sowohl die USA und das UK. Gegenüber dem Vereinigten Königreich, wo alternative Produkte trotz anhaltender Missverständnisse etwas differenzierter wahrgenommen werden, wirkt Deutschland insgesamt skeptischer und uninformierter in Fragen der Schadensrelation. Besonders deutlich wird das bei Nikotinbeuteln.

Die wichtigste Aussage aus den deutschen Ergebnissen lautet daher: Das Land ist über das Rauchen aufgeklärt, aber nicht über die Alternativen.

Methodik

Die Ergebnisse der Studie basieren auf einer quantitativen Online-Befragung, die von Censuswide im Auftrag von Haypp durchgeführt wurde. Insgesamt wurden mehr als 2.000 Erwachsene pro Markt befragt. Ziel der Erhebung war es, Einstellungen, Wissensstand und Wahrnehmungen zu Nikotin und verschiedenen Nikotinprodukten zu analysieren, insbesondere im Hinblick auf deren relative gesundheitliche Risiken.Für Deutschland wurden im Februar 2026 insgesamt 2.000 Personen ab 18 Jahren befragt.