



## **Rauchentwöhnung mit elektrischen Zigaretten**

*Wie die Rauchentwöhnung funktioniert*

Die meisten Raucher kennen ihre aktuelle Sachlage. Sie sind unter Umständen schon jahrelang an die Zigarette gewöhnt, verbrauchen enorm viel Geld um ihren Konsum zu finanzieren und darüber hinaus werden sie eventuell auch gesundheitlich von den weitreichenden Auswirkungen des Rauchens geplagt. Dass dies nicht gut ist, dürfte klar sein, doch ist der Weg der Rauchentwöhnung oft ein Schwieriger, den nicht jeder Raucher ohne Weiteres bestreiten kann. Neben den erhältlichen Hilfsmittel, die einem bei der Rauchentwöhnung behilflich sein sollten gibt es auch die elektrische Zigarette, auch wenn es viele Kontroversen um dieselbe gibt und sie nach wie vor nicht als offizielles Hilfsmittel zugelassen wurde.

Die Eignung der elektrischen Zigarette als Hilfsmittel

Eines der zwei großen Probleme, die ein Raucher bei der Rauchentwöhnung hat ist der Umgang mit dem Fehlen einer jahrelang praktizierten Gewohnheit. Es fehlt einfach die Zigarette, die man zu gewissen tagtäglichen Ritualen konsumiert hat. Diesbezüglich hilft die elektrische Zigarette, weil sie auf eine sehr ähnliche Art und Weise wie eine normale Zigarette konsumiert werden kann. Das zweite Problem bei der Rauchentwöhnung ist der Umgang mit den unter Anderem starken Entzugserscheinungen, die es zu bewältigen gilt. Die Antwort ist der Nikotingehalt, den eine Flüssigkeit der elektrischen Zigarette enthalten kann. Dieser mildert die Entzugserscheinungen und hilft beim Aufhören.

Wie eine nikotinhalige Flüssigkeit helfen soll

Das Nikotin ist der Hauptverursacher einer starken Abhängigkeit beim Konsum von Zigaretten. Wird die Nikotinzufuhr plötzlich abgestellt, ist dies wie ein Schock für den Körper. Das Nikotin in der Flüssigkeit, der e-Liquid, die beim Konsum der elektrischen Zigarette konsumiert wird, kann die Entzugserscheinungen mildern. Der Konsument sollte den Nikotingehalt der verwendeten e-Liquids allerdings etappenweise verringern, da die Rauchentwöhnung sonst nicht erfolgreich verlaufen wird. Der Nikotingehalt einer e-Liquid kann meist, wie bei normalen Zigaretten, frei gewählt werden. Ist man bei einem niedrigen Nikotinlevel angelangt, sollte eine nikotinfreie Flüssigkeit zur vollständigen Entwöhnung gewählt werden.

Billigersteller meiden

Mit einer elektrischen Zigarette lebt man im Gegensatz zu normalen Zigaretten gesünder, weil keine anderen Giftstoffe mit dem Konsum inhaliert werden außer dem Nikotin, falls eine e-Liquid verwendet wird, die Nikotin enthält. Damit keine Giftstoffe bei der Umwandlung der Flüssigkeit in den Wasserdampf entstehen, was durchaus vorkommen könnte, wenn die Aromastoffe zu sehr erhitzt werden, sollte ein Fabrikat verwendet werden, das den EU Sicherheitsstandards entspricht. Billigersteller sind preislich zwar verlockend, können aber gesundheitsschädlich sein und aufgrund dieser Tatsache wird man gezwungen sein sich ein qualitatives Fabrikat anzuschaffen oder wieder zur normalen Zigarette zu greifen.

Fragwürdige Meinungen unbeachtet lassen

In der Vergangenheit und auch heute noch sorgen die elektrischen Zigaretten für große Kontroversen unter den Wissenschaftlern und Experten. Viele sind auch der Meinung, dass elektrische Zigaretten genauso gefährlich sind wie Normale, doch ist ihre Meinung unbegründet, weil diese auf keinerlei offiziellen Tatsachen basiert. Studien zur und Forschungen über die elektrische Zigarette wurden bisher noch nicht veröffentlicht, weshalb keine genauen Informationen vorhanden sind. Betrachtet man sich aber das Defizit an Giftstoffen, sollte die Schlußfolgerung klar sein, dass die elektrische Zigarette nur gesünder sein kann. Mehr Informationen über die elektrische Zigarette und die Möglichkeit der Bestellung derselben gibt es auf <http://www.esmokeking.de/> .

## **Pressekontakt**

Esmokeking.de

Herr Alexander Fard  
Hugenottenallee 14  
63179 Obertshausen

esmokeking.de  
Alexander@gmail.com

## **Firmenkontakt**

Esmokeking.de

Herr Alexander Fard  
Hugenottenallee 14  
63179 Obertshausen

esmokeking.de  
alexander@gmail.com

Wir bieten Ihnen einen Onlineshop zum Thema elektrische Zigaretten. Durch unseren Exklusivvertrieb mit den Produkten der Marke EGO sowie unseren hauseigenen E-Liquids stechen wir aus der Masse der Onlineshops heraus und bieten gleichzeitig auch noch kostengünstigere Preise. Wir waren der erste Onlineshop, der das Erfolgsmodell Ego-DCT in Deutschland vertrieben hat.

Anlage: Bild

