

NIKOTIN INFOS IN LEICHTER SPRACHE

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe.
Weitere Informationen unter www.leicht-lesbar.eu



Was ist Nikotin?

Nikotin ist ein Nerven-Gift.

Es kommt in verschiedenen Pflanzen vor.

Zum Beispiel in der Tabak-Pflanze.

Die Tabak-Pflanze stellt das Nikotin selbst her.

So schützt sie sich vor **Schädlingen**.

Also vor Insekten.

Nikotin kommt auch in manchen Lebensmitteln vor.

Zum Beispiel in Tomaten oder in Kartoffeln.

In Tomaten oder Kartoffeln ist aber nur sehr wenig Nikotin.

Deshalb sind Tomaten oder Kartoffeln **nicht** schädlich für die Gesundheit.



Nikotin als Rausch-Mittel:

Manche Menschen nehmen Nikotin als Rausch-Mittel ein.

Sie rauchen das Nikotin zum Beispiel in Zigaretten.

Oder sie schlucken es in Nikotin-Beuteln oder Snus.

Die Nikotin-Beutel sehen aus wie auf dem Foto.



Wie werden Nikotin-Beutel oder Snus eingenommen?

Nikotin-Beutel oder Snus sind kleine Beutel.

Die Beutel bestehen aus Pflanzen-Teilen.

Nimmt man die Nikotin-Beutel oder Snus in den Mund?

Dann lösen sich die Beutel im Mund auf.

Das Nikotin kommt so automatisch in den Körper.



Der Präventions-Rat Langenhagen hat für diesen Info-Zettel Geld gegeben.

NIKOTIN INFOS IN LEICHTER SPRACHE

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe.
Weitere Informationen unter www.leicht-lesbar.eu



Welche Wirkung hat Nikotin?

Die Wirkung von Nikotin auf den Menschen ist sehr unterschiedlich.

Manche Menschen sagen:

Durch das Nikotin fühlen wir uns wach und entspannt.

Warum ist Nikotin für unsere Gesundheit gefährlich?

Nimmt man zu viel Nikotin ein?

Dann fühlt man sich vielleicht sehr schlecht.

Oder man bekommt eine schlimme Krankheit.

Zum Beispiel Krebs.

Oder man stirbt.

Manche Folgen merkt man erst nach einiger Zeit.

Und:

Nikotin macht **abhängig**.

Abhängig heißt:

Vielleicht kann man **nicht** mehr mit dem Nikotin aufhören.

Obwohl man das eigentlich will.

Was sagt das Gesetz?

Der Verkauf von Nikotin-Beuteln und Snus ist in Deutschland **illegal**.

Das heißt:

Nikotin-Beutel und Snus dürfen in Deutschland **nicht** verkauft werden.

Trotzdem findet man Nikotin-Beutel und Snus in einigen Geschäften.

Zum Beispiel in Online-Shops.

Zigaretten sind in Deutschland **nicht** verboten.



Der Präventions-Rat Langenhagen hat für diesen Info-Zettel Geld gegeben.

