

---

Subject: Wer raucht von Euch noch Zigaretten????  
Posted by [Michael G.](#) on Tue, 11 Nov 2008 22:12:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ja ok..ich weiss, dass ist jedem bekannt

Was enthält eine Zigarette?

Zuerst einmal enthält sie natürlich Blätter, bzw. Teile von Blättern aus der Tabakpflanze. Diese Pflanze zählt zu den Nachtschattengewächsen und bildet in ihren Wurzeln Nikotin, was nichts anderes ist, als ein Pflanzeneigenes Pestizid. Das heißt, sie produziert ein Gift, genauer gesagt ein Nervengift, um Schädlingsbefall abzuwehren. Geraucht bewirkt es, eine sofortige Verengung aller Blutgefäße im Körper, und Entzugserscheinungen, wenige Minuten, nach dem Genuss einer Zigarette. Mittlerweile werden neben Tabak noch verschiedene Zusatzstoffe eingesetzt, die, wie man vermutet, die Sucht noch erhöhen. Wer sich nun über diese Manipulation der Tabakindustrie ärgert, wird erstaunt sein, dass dafür eine gesetzliche Genehmigung vorliegt. Es sind ca. 600 verschiedene Zusatzstoffe erlaubt und so enthält Tabakrauch Stoffe wie Benzol, Kohlenmonoxyd, PAK (Erklärung siehe unten), Formaldehyd, Cadmium, Nitrosamine und unter anderem auch Ammonium. Dieses Ammonium bewirkt, dass der Säuregehalt im Rauch verändert wird und die Aufnahme des Nikotins durch Irritation und Verletzung der Lungenbläschen erleichtert. Sogar Zucker und Kakao sind enthalten. Zucker soll bei seiner Verbrennung die Wirkung des Nikotins steigern und so ebenfalls zur Suchterhöhung beitragen. Kakao enthält dem Nikotin verwandte Alkaloide und soll die Wirkung des Nikotins noch verstärken, indem es öffnend auf das Atemwegssystem wirkt und damit die Einatmung noch vertieft.

Interessant zu wissen

Nikotin ist eines der stärksten Pflanzen bzw. Nervengifte, die es gibt und die für den Menschen tödliche Dosis liegt bei nur 50 bis 60 mg. Nur 5 Zigaretten in Wasser aufgelöst (was für ein Gedanke..) würden diese Dosis ergeben. Zum Glück wird das Nikotin im Körper relativ schnell abgebaut, so dass diese Dosis beim Rauchen nicht erreicht wird. Trotzdem hat mich die Vorstellung beeindruckt, wie giftig dieser Stoff ist.

Nebenwirkungen

Die Liste der Nebenwirkungen ist lang und nicht nur jeder Raucher weiß, was ihn ereilen kann, wenn er über Jahre seiner Sucht nachgeht. Eine generell ungesunde Lebensweise, wie Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung in Kombination mit dem Rauchen fördert viele Erkrankungen zusätzlich. Lungenkrebs, Kehlkopfkrebs, Zungenkrebs, Brustkrebs, Darmkrebs, Herzinfarkt, Schlaganfall, Durchblutungsstörungen, usw. Dass sich Zigarettenkonsum und die Einnahme der Pille nicht gut vertragen, weil das Thromboserisiko steigt, ist ebenso bekannt, wie die Schädlichkeit des Rauchens während der Schwangerschaft. Verfärbte Zähne, unangenehmer Mundgeruch und Frühzeitige Faltenbildung sind also nur die geringsten Probleme, die ein Raucher bekommen kann.

ZUM GLÜCK BIN ICH NICHTRAUCHER....

Es geht aber trotzdem...

Aromatisch und völlig frei von Nikotin!

Rauchen wie es die weisen Indianer einst taten und immer noch tun.

Alternative gibts hier..."Bio-Kräutermischungen" und ich würde das echt gerne mal ausprobieren.

(weil ich die Dippen früher soooooo gerne genossen habe).

<http://www.zentauri.com/sites2006/knaster.htm>

Vito

---

Subject: Re: Wer raucht von Euch noch Zigaretten????

Posted by [floater](#) on Sat, 15 Nov 2008 17:33:26 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja Knaster kenn ich aus meiner Studentezeit

Wobei ich mir nicht ganz vorstellen kann, dass es im Endeffekt umsoviel weniger schädlich sein wird.

Rotklee, Frauenmantelkraut,..etc.. klingen vielleicht aufs Erste gesünder - nur wenn sie verbrennen, werden ja jedoch genauso giftige Stoffe entstehen, oder ?

floater

---

Subject: Re: Wer raucht von Euch noch Zigaretten????

Posted by [Michael G.](#) on Sat, 15 Nov 2008 23:31:47 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also "gesund" ist das sicher auch nicht...logisch!

Es geht aber mehr um den Wegfall des Nicotingehalts sowie der chemischen Zusatzstoffe..Entzugserscheinungen (die körperliche Sucht)wird also nicht gefördert. Und das ist doch schon mal was.

Garnicht paffen ist natürlich das Beste.

Dann lieber ab und an eine Ayahuasca Heilung.... DAS ist interessant!

[http://www.youtube.com/watch?v=\\_s376qEZGY0](http://www.youtube.com/watch?v=_s376qEZGY0)

Kleine reportage...

<http://video.google.com/videoplay?docid=-8280164692633237247 &hl=en>