

## Sag "Nein" zu Spam: So befreist du dich von unerwünschten E-Mails!

Erfahren Sie alles über Newsletter und Spam-E-Mails: Unterschiede, Abmeldemöglichkeiten und Tipps zur Spam-Reduktion.



**Krone, Österreich** - Am 22. Mai 2025 sieht sich die digitale Welt mit einem anhaltenden Problem konfrontiert: der Flut von unerwünschten E-Mails, besser bekannt als Spam. In Deutschland ist der Versand von Spam illegal, doch die Anzahl der Betroffenen wächst kontinuierlich. Laut **Krone.at** ist die Herausforderung, Spam von legitimen Newslettern zu unterscheiden, für viele Nutzer komplex. Ein Newsletter ist typisch eine von den Empfängern angeforderte E-Mail, die Informationen oder Angebote von Websites oder Unternehmen enthält.

Im Gegensatz dazu sind Spam-Nachrichten unerwünscht und können Werbung, Phishing oder sogar mit Viren versehene Inhalte enthalten. Während Newsletter oft eine klare Option zur Abmeldung bieten, bleibt Spam häufig ohne solche Möglichkeiten, was die Situation für Nutzer weiter erschwert. Experten warnen deshalb, dass ein Abmelden von Spam über einen Link riskant sein kann, da dies die Absender darüber informiert, dass die E-Mail-Adresse aktiv ist.

## **Empfohlene Maßnahmen zur Spam-Reduzierung**

Um Spam in den Griff zu bekommen, empfiehlt es sich, Absender zu blockieren oder Filter in den E-Mail-Einstellungen einzurichten. Eine effektive Strategie ist auch die Erstellung eines neuen E-Mail-Postfachs. Besonders Gmail wird als empfehlenswerter Anbieter genannt, der durch seine Filterfunktion viele Spam-Nachrichten automatisch herausfiltert. Dies wird in einem Artikel auf [verbraucherschutz.com](https://www.verbraucherschutz.com) hervorgehoben.

Nutzer können auch Tipps zur Reduzierung von Spam in den Kommentaren zum Artikel teilen und sich so gegenseitig bei der Lösung des Problems unterstützen. Die Wichtigkeit solcher Maßnahmen wird durch die stetig steigenden Zahlen von Spam-Nachrichten untermauert, die in den letzten Jahren angestiegen sind und die Nutzer in ihrer digitalen Kommunikation belasten.

## **Die Illusion des perfekten Anbieters**

Während viele Email-Diensten an einem hohen Standard arbeiten, bleibt das Problem des Spams eine ständige Herausforderung. Laut [verbraucherschutzforum.berlin](https://www.verbraucherschutzforum.berlin) gibt es keine perfekte Lösung, die alle Bedürfnisse der Nutzer vollumfänglich abdecken kann. Jeder Anbieter hat seine Vor- und Nachteile, was die Sicherheit und die Effektivität bei der Spam-Filterung betrifft. Ein bewusster Umgang mit den eigenen E-Mail-

Adressen und das Nutzen von Sicherheitseinstellungen wird als entscheidend angesehen, um die Kontrolle über die eigene digitale Kommunikation zu behalten.

Insgesamt bleibt die regelmäßige Sensibilisierung für das Thema Spam unerlässlich, um die Nutzer bei der Bekämpfung unerwünschter E-Mails zu unterstützen und einen sichereren Online-Raum zu schaffen.

Details	
<b>Ort</b>	Krone, Österreich
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.krone.at">www.krone.at</a></li><li>• <a href="http://www.verbraucherschutz.com">www.verbraucherschutz.com</a></li><li>• <a href="http://verbraucherschutzforum.berlin">verbraucherschutzforum.berlin</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**