

So behalten Sie die Kontrolle über Ihren Posteingang: Schluss mit Spam!

Erfahren Sie am 2.06.2025 alles über Newsletter, Spam und E-Mail-Sicherheit. Tipps zur Vermeidung von Cyberrisiken.



Krone, Österreich - Der digitale Alltag wird zunehmend von E-Mail-Kommunikation geprägt, doch es gibt viele Missverständnisse über die Sicherheit im Umgang mit E-Mails. Insbesondere im Zusammenhang mit Spam und Newslettern wird oft nicht klar zwischen diesen beiden E-Mail-Typen unterschieden. Während Newsletter von den Nutzern selbst angefordert werden, handelt es sich bei Spam um unerwünschte E-Mails, die keinerlei Geschäftsbeziehung zum Absender haben, so berichtet **Krone**. Spam-Mails sind oft eine Quelle für Werbung, Phishing und Malware und deren Versand ist in Deutschland sogar verboten.

Ein wichtiges Merkmal von Newslettern ist die gesetzlich

vorgeschriebene Abmeldemöglichkeit. Nutzer sollten beim Abbestellen diesen Link, der häufig am oberen oder unteren Rand der E-Mail zu finden ist, nutzen. In einigen Fällen kann eine Anmeldung mit Zugangsdaten erforderlich sein. Bei Spam-Mails sollte jedoch Vorsicht geboten sein: Es ist riskant, auf Abmeldelinks in solchen E-Mails zu klicken, da dies den Spammern signalisiert, dass die E-Mail-Adresse aktiv ist, betont **Verbraucherschutz**.

Umgang mit Spam

Um die Menge an Spam zu reduzieren, raten Experten dazu, Absender zu blockieren oder Filter in den E-Mail-Einstellungen einzurichten. Eine weitere hilfreiche Maßnahme ist die Erstellung eines neuen E-Mail-Postfachs, wobei Anbieter wie Gmail empfohlen werden, da sie viele Spam-Nachrichten effektiv filtern. Es ist auch essentiell, Mythen über E-Mail-Sicherheit zu entlarven. So glauben viele, dass das bloße Ansehen einer E-Mail ohne das Öffnen eines Anhangs keine Risiken birgt. Das ist jedoch falsch: HTML-formatierte E-Mails können auch schädlichen Code enthalten, der beim Öffnen der E-Mail aktiviert wird, erklärt **BSI**.

Ein weit verbreiteter Irrtum ist auch, dass Spam-E-Mails leicht abbestellt werden können, was oft nicht der Fall ist. Klicken Sie nicht auf Links in verdächtigen E-Mails und verwenden Sie stattdessen Spamfilter. Auch die Annahme, dass E-Mails immer von der angegebenen Adresse stammen, ist ein gefährlicher Irrtum. Absenderangaben können gefälscht sein, daher sollte jede erhaltene E-Mail genau geprüft werden.

Phishing und Sicherheitsmaßnahmen

Ein weiteres wichtiges Thema ist das Phishing, welches nicht nur in E-Mails vorkommt, sondern auch über SMS und manipulierte Suchmaschinenrankings verbreitet wird. Nutzer sollten dringend darauf achten, keine Links aus dubiosen E-Mails zu öffnen und ihre Zugangsdaten niemals weiterzugeben. Selbst eine

aktivierte Zwei-Faktor-Authentifizierung bietet keinen absoluten Schutz vor Phishing, da Cyberkriminelle auch diese Codes abgreifen können, so das Fazit der Untersuchungen.

Mit diesen wichtigen Tipps und dem Bewusstsein für die Risiken in der digitalen Kommunikation können Nutzer sicherer durch die Online-Welt navigieren und sich besser gegen unerwünschte E-Mails und die damit einhergehenden Gefahren schützen.

Details	
Ort	Krone, Österreich
Quellen	• www.krone.at • www.verbraucherschutz.com • www.bsi.bund.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at