Электронная сигарета

Последнее время в России стало достаточно распространенным курение **электронных сигарет** – «вдыхание и выдыхание пара», так называемый **«вейпинг»** (от англ. слова «vape»). Пар теперь везде — на улице, в кафе, кинотеатрах, торговых центрах, университетах и даже школах. И, несмотря на то, что курить (вейпить) люди стали относительно недавно — около 5-6 лет назад, специалисты различных медицинских научных центров и университетов мира решили проследить за людьми, курящими электронные сигареты, и сделать первые выводы о влиянии электронных сигарет на здоровье человека.

В состав жидкости, которой заправляют электронные сигареты, входят пропиленгликоль и глицерин, а также вкусовые добавки, которые прошли проверку на безопасность в качестве ингредиентов питания, но не в качестве веществ, безопасных для вдыхания. При нагревании и испарении они образуют канцерогенные и иные токсичные химические вещества, в том числе акролеин, диацетил и формальдегид. Следовательно, курение электронных сигарет может вызвать более частые простудные заболевания, рак легкого, гортани, языка и губ. Также в электронных сигаретах содержатся соли тяжёлых металлов и ароматизаторы - химические соединения, которые, в том числе, могут становиться причиной аллергических реакций и заболеваний.

Важный момент: в нашей стране состав жидкости для заправки электронных сигарет законодательно не регламентирован, т.е. безопасность курильщиков находится на совести производителей электронных сигарет и аксессуаров к ним. Более того, согласно последним исследованиям, кроме заявленных компонентов, жидкость для заправки часто содержит незадекларированные вещества. Так, она может содержать никотин, хотя заявлено, что его нет. Даже если некоторые производители указывают, что жидкость не содержит никотина, она всё равно может его содержать. Выборочные тесты жидкости для электронных устройств показали бОльшую концентрацию никотина, чем написано на этикетке.

Стоит обратить внимание на то, что если на курение обычной сигареты человек тратит в среднем 3-4 минуты, то с электронной сигаретой многие люди практически не расстаются и могут курить её в течение 20-30 минут без перерыва. Так человек получает такую же или даже большую дозу никотина, чем если бы курил обычные сигареты.

Другой факт об электронных устройствах доставки никотина. В дыме, который образуется при курении обычных сигарет, есть продукты горения, что, несомненно, вредно для здоровья. Их отсутствие не делает пар, который образуется при курении электронных сигарет, абсолютно безвредным для дыхательной системы. Пар и содержащиеся в нем компоненты в виде капелек оседают на стенках лёгких и нарушают их функции, из-за чего в кровь поступает меньше кислорода. Это приводит к кислородному голоданию - состоянию гипоксии. Постоянная нехватка кислорода опасна снижением памяти, внимания, а также замедлением обменных процессов, деления клеток и старению организма в целом.

На сегодняшний день специалисты в области здравоохранения наблюдают последствия увлечения электронными сигаретами лишь короткое время, что не позволят отследить все возможные вредные последствия их курения. 50 лет назад была похожая ситуация с обычными сигаретами, когда эпидемиологические исследования позволили установить прямую зависимость между их курением и целым «букетом» тяжёлых последствий (поражение сердца, легких, кожи). До того момента к рекламе сигарет с фильтром даже привлекались медицинские работники, которые утверждали, что сигареты определённой марки безопасны.

Таким образом, электронная сигарета не может называться безопасной альтернативой обычного курения и рассматриваться в качестве лекарства от никотиновой зависимости. Общепризнанный факт – после перехода на электронные сигареты не происходит полного отказа от привычки курить, зависимость от курения приобретает лишь новую форму. При наличии никотина в картриджах, электронные сигареты могут вызвать никотиновую зависимость даже у тех, кто до этого не был курильщиком.

И это еще начало исследований… На сегодняшний день данных обо всех отдаленных последствиях (то есть о негативных последствиях для здоровья, проявляющихся через десятки лет) пока еще нет! Это хороший повод задуматься о своей безопасности!

Прислушайтесь к однозначному мнению экспертов Всемирной организации здоровья: к электронным сигаретам у общества в целом и конкретного человека в частности должно быть сформировано такое же негативное отношение, как к обычным сигаретам и другим формам употребления табака.

Контактные адреса и телефоны, обратившись по которым, вы сможете получить ответы на интересующие вас вопросы и помощь специалиста:

ГБУЗ «Тверской областной клинический наркологический диспансер»:
г.Тверь, ул.Королева, д.10
Тел.: (4822) 51-52-80
Тел. поддержки: (4822) 55-95-90

Сайт: http://tverond.ru/
Электронная почта: tverond@mail.ru