



# Электронное курение- новая опасность?





## «Электронное курение» – новая опасность?

- К сигаретам, с их тлением, волнами дыма и запаха, сегодня добавились гаджеты для курения. При этом считается, что электронные сигареты, испарители и системы нагревания табака — безопаснее. Многие даже рекомендуют их тем, кто хочет бросить курить, как легкую и безвредную альтернативу табаку. Кроме того – использование подобных гаджетов становится модным трендом, особенно в среде молодых людей.



- Даже среди школьников это становится модным, будучи обусловленным определенным «антуражем»: клубы ароматного дыма, специальные устройства, которые воспринимаются как стильный и уникальный аксессуар, агрессивная реклама и продвижение этих продуктов. Не всегда понятная и внятная законодательная политика в отношении их распространения и не в полной мере доказанный вред – это тоже играет на руку популярности данных устройств.



- Что же происходит на самом деле? Действительно ли эти системы безопаснее обычных сигарет? Что это – эволюция сигарет или альтернатива им? «Из двух зол – меньшее»? Или же новое, еще более опасное пристрастие, об отрицательном влиянии которого мы просто еще не догадываемся в полной мере?



# Способ новый, а вред все тот же?

- Популярно мнение, что при помощи гаджета можно бросить курить, что, впрочем, не доказано. В то же время, треть подростков, до того, как попробовали электронные сигареты, никогда не курили.





# Вопросы терминологии



o Человеку далекому от темы не всегда понятно – о чем вообще идет речь. Впрочем, и сами пользователи не слишком-то задумываются над тем, что употребляют.

o «Айкос» (IQOS) - это устройство, которое является заменой стандартной сигареты, содержащей табак. Который курильщик потребляет несколько иным способом – применяются "стики", которые не горят, а подогреваются до трехсот пятидесяти градусов, что вызывает тление табачной крошки и нагрев содержащегося в ней глицерина. В результате выделяется аэрозоль, вдыхаемый пользователем.



o «Вэйп» (Vape) - это устройство заправляется специальной жидкостью. Жидкость разогревается до трехсот двадцати градусов, образуя пар.

o Электронная сигарета - многие люди уверены, что электронная сигарета и вейп – это одно и то же. Однако между этими устройствами есть несколько принципиальных конструктивных различий. В конструкцию приспособления входят фитиль, спираль и батарейка и никакой жидкости. Фитиль дополнен пропиткой в виде жидкости. Когда он нагревается, происходит выработка пара. Это помогает имитировать процесс курения.





# Что под стильной оболочкой?

- Как заявляет Всемирная организация здравоохранения: *В настоящее время нет доказательств того, что снижение воздействия химических веществ по сравнению со стандартными сигаретами ведет к снижению риска для людей. Поэтому для обоснования утверждений о снижении риска или вреда потребуются дополнительные независимые исследования.*
- Еще меньше информации о вреде для пассивных курильщиков. Необходимы независимые исследования для оценки риска для посторонних лиц.
- Так, в состав 95 % смесей для вейпов входит никотин. Его содержание отнюдь не меньше, а иногда опасно больше, чем в сигарете. Никотин синтетический, в айкосе его частенько добавляют к табаку, и вдыхание такого никотина с помощью электронных устройств приводит к еще более жестким негативным последствиям, чем при обычном табакокурении: в первую очередь к быстрой зависимости, а также к сердечнососудистым заболеваниям, инсультам, бесплодию, когнитивным расстройствам у детей, злокачественным новообразованиям и т. д. Таким образом, риск развития этих заболеваний остается высоким как для курильщиков обычных сигарет, так и для поклонников вейпов.
- Вредные металлы в нагревательном элементе. Некоторые из этих металлов накапливаются в организме, провоцируя ряд тяжелых состояний и заболеваний сердечнососудистой и нервной систем.
- Как отмечено в исследованиях ученых из Университета штата Огайо, продукты распада вейпов и электронных сигарет являются сверхмелкими (примерно 2,5 микрон) частицами, которые с легкостью проникают в составе аэрозолей в ткани легких, в кровеносную систему и ткани сердца. Некоторые из этих металлов накапливаются в организме, провоцируя ряд тяжелых состояний и заболеваний сердечнососудистой и нервной систем.



# Болезни вейперов



- Состав смеси для электронных гаджетов — тема для глубоких исследований. На данный момент ученые не пришли к единому мнению о влиянии веществ, входящих в состав смеси для курения. Связано это с тем, что многие производители не пишут точного состава смесей, что затрудняет исследования. Однако с тем, что часть веществ из этих смесей оказывают исключительно негативное воздействие, согласно практически все научное сообщество. Так, сотрудникам Университета Тасмании удалось доказать, что соли различных металлов и ароматические вещества, которые содержатся в каждой курительной смеси, приводят к воспалительным процессам в стенках сосудов, атеросклерозу, а также к поражению тканей легких.
- Примером негативного влияния электронных сигарет на здоровье может быть эпидемия смертельных пневмоний, которые были зафиксированы в США и Великобритании. Около 40 человек умерли и больше 2 000 человек проходили лечение от так называемой «болезни вейпов», или EVALI (e-cigarette, or vaping, product use associated lung injury — болезнь легких, ассоциированная с курением электронных сигарет или вейпов).



# Болезни вейперов

- Специалисты Центра по профилактике и контролю заболеваний США, пытаясь определить причину данной болезни, изучили образцы жидкости из легких скончавшихся пациентов. Оказалось, что во всех случаях развитие фатального состояния легких могла спровоцировать синтетическая форма витамина Е — ацетат витамина Е, который входит в состав курительных смесей.
- Чаще всего ацетат витамина Е встречается в смесях, куда добавляются также вытяжки из марихуаны (тетрагидроканнабинол). По предварительным данным, именно это сочетание провоцирует ряд осложнений, характерных для «болезни вейпов», — в 82 процентов случаев появления симптомов EVALI было установлено, что пациенты незадолго до этого курили подобные смеси.
- Однако исключать содержание ацетата витамина Е в жидкостях для вейпов, на которых не указан состав, также нельзя. Более того, установлено, что симптоматика EVALI в 62 процентах случаев характерна пациентам, которые курили широко распространенные и легальные смеси с никотином.
- Ученые не исключают, что причиной «болезни вейпов» могут быть и иные комбинации веществ, входящих в курительные смеси. Поэтому посыл Европейского респираторного общества относительно любого потребления этих продуктов категоричен и прост: «Нет!».







# Это не выход

- Получается, что электронные устройства — совсем не безобидная альтернатива табаку. Поэтому важны любые усилия, которые помогают сделать выбор в пользу «чистого» дыхания.
- Исследования о влиянии электронного курения на здоровье человека продолжаются, «доказательная база» еще не собрана – на это требуется время. Но на данный момент, на основе имеющихся сведений о составах вдыхаемых веществ, влиянии на приобщение к курению подростков, многие общественные деятели и научные сотрудники говорят, что высокотехнологичное курение — опасный тренд.

