

## Электронное курение

«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. Но, что с табаком ни делай – жги, грей, замачивай в воде – в нем все равно есть никотин. А никотин вызывает зависимость. Более того, передозировка никотина отрицательно влияет на сердечно-сосудистую систему. Особенно опасен никотин для беременных и кормящих женщин, для людей с болезнями сердца и повышенным давлением.

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

Вейперы – новый вид курильщиков, которые курят сигареты с электронной начинкой, пропагандируя курение электронных устройств как безопасную альтернативу обычным сигаретам.

Вейперов делят на 2 группы:

- Бывшие курильщики обычных сигарет;
- Новые «электронные» курильщики.

Курильщики считают курение электронных устройств абсолютно безопасной имитацией курения, но все чаще в различных источниках публикуются материалы, в которых говорится о том, что вред от курения электронных сигарет сравним с вредом от курения обычных.

Как устроен вейп? Вейп можно сравнить с ингалятором, в котором при закипании жидкости образуется пар, который вдыхает курильщик.

Вейперы считают, что:

- курение электронных сигарет не несет вред здоровью
- курение электронных сигарет не опасно, т.к. при курении не выделяются смолы. Но отсутствие канцерогенных смол не может сделать устройство для парения абсолютно безопасным.

Что мы имеем на самом деле?

- В выделяющемся паре при курении электронных сигарет содержится 31 *опасное вещество*;
- При нагревании аккумулятора устройства для парения концентрация выделяемых канцерогенных веществ значительно увеличивается.

Воздействие на организм:

1. Вейперы подвергают себя риску развития смертельной «попкорновой болезни». ("**Попкорновая болезнь** легких" - **болезнь** дыхательных путей, приводящая к необратимым изменениям в легких и вызывающая затруднение дыхания. Она развивается в результате вдыхания диацетила - ароматизатора, который содержится в масле для приготовления попкорна). Такой вывод сделали ученые, обнаружив токсичный химикат диацетил в 75 % ароматизаторов для курения. Диацетил используется во многих ароматизаторах (фруктовый ароматизатор, запах кондитерских изделий, конфет). Диацетил, химическое вещество, используемое в качестве аромата масла в продуктах питания, стало причиной развития облитерирующего бронхолита. Это заболевание было обнаружено у сотрудников

компании-производителя попкорна. Данное вещество употреблять в пищу можно, но при вдыхании на протяжении долгого времени оно становится опасным. Диацетил вызывает воспаления, образование рубцов, сужение бронхиол (крошечных дыхательных путей в легких).

2. Пропиленгликоль имеет свойство накапливаться в организме, вызывая аллергические реакции, раздражение и способствует появлению гнойников, вызывает нарушение работы печени и почек.

3. Термическое разложение пропиленгликоля и глицерина, содержащихся в составе жидкости для заправки устройства, приводит к образованию акролеина и формальдегида, которые обладают токсичными свойствами. Акролеин раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также проявляет мутагенные свойства. Формальдегид, помимо перечисленных свойств, оказывает воздействие на центральную нервную систему.

4. Ароматизаторы, содержащиеся в жидкости для курения, вызывают аллергические заболевания верхних дыхательных путей вплоть до развития бронхиальной астмы.

5. Никотин, содержащийся в жидкостях вызывает зависимость, а также приводит к развитию раковых заболеваний.

6. Вдыхаемый дым вызывает сухость во рту.

7. Бесконтрольное вдыхание пара, содержащего никотин, может привести к передозировке никотина с соответствующими симптомами: головокружением, тошнотой, головной болью, повышенным слюноотделением, болью в животе, диареей, общей слабостью.

8. Ученые Кореи провели исследование жидкости для электронных сигарет и выявили как минимум 10 токсинов и несоответствие между заявленным содержанием никотина и фактическим.

9. Замена курения обычных сигарет электронными может продлевать период полного отказа от курения.

10. Известно о некоторых случаях, взорвавшихся около лица электронных сигаретах в связи с перегревом аккумулятора.

11. Общее использование одного вейпа может привести к передачи инфекционных заболеваний таких как гепатит и туберкулез.

12. Используя устройство для парения в общественных местах, среди детей и молодежи вероятен большой риск подать заразительный пример, и, возможно те, кто не курил вообще, начнут курить именно с этого испаряющего устройства.

13. Курение вейпов вызывает психологическую зависимость.

### **Каждый курильщик электронных устройств обязан знать, что:**

- Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
- Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца.
- Курение электронных устройств не исключает никотиновую зависимость.
- Общее использование одним устройством может привести к заражению гепатитом и туберкулезом.

Курение вредит вашему здоровью, а последствия курения проявляются позже!