Электронные сигареты, вейп и кальян: вред для здоровья человека





Употребление табака влечёт за собой негативные последствия для здоровья человека. Всемирная организация здравоохранения констатирует, что курение табака убивает до половины людей, которые его употребляют («От последствий употребления табака ежегодно гибнет более 8 миллионов человек. Более 7 миллионов случаев смерти происходит среди потребителей и бывших потребителей табака, и более 1,2 миллиона – среди некурящих людей, подвергающихся воздействию вторичного табачного дыма». «Табачная эпидемия является одной из самых значительных угроз для здоровья населения»).

В роли замены сигарет на сегодняшний день выступают кальян, электронные сигареты и вейпы.

Электронные сигареты и вейпы

Принцип действия с обычными сигаретами идентичен, но разные задачи. Электронная сигарета призвана стать заменой обычной сигарете. Принцип ее работы как у кипятильника: спираль нагревается, курительный состав выделяет пар. Вейп можно отнести к переносному кальяну, выделяемому много пара и дающему эффект посредством передачи вкуса жидкости.

Аргументы негативного воздействия электронных устройств:

- эксперты установили, что основными компонентами наполнителя, помимо никотина, являются пропиленгликоль, ароматизирующие вещества, формальдегид и другие, вызывающие рак, вещества. Кроме того, некоторые компоненты курительной смеси способны вызвать аллергическую реакцию;
- все ароматизаторы, которыми «набивают» электронные гаджеты, проникают в легкие человека. И влияют на них, причем не поверхностно, а на самом глубоком, клеточном уровне; дети, постоянно вдыхающие пар от вейпов, так же подвержены воздействию никотина, как если бы рядом курили обычные сигареты. У таких детей также выше риск развития сердечно-сосудистых заболеваний;
- люди, находящиеся рядом с активными вейперами, также подвергаются воздействию частиц вредных курительных смесей, что является угрозой пассивного курения;
- исследования показали, что заметного отказа от сигарет в результате перехода на электронные аналоги нет. Даже год спустя после перехода на вейпы, курильщики по привычке тянутся к обычным сигаретам с табаком;
- по мнению экспертов токсичные вещества во время испарения реально влияют на загрязнение воздуха, увеличивая уровень вредных выбросов.



ФАКТЫ НЕГАТИВНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ КУРЕНИЯ КАЛЬЯНА

Табак, заправляемый в кальян, ничем не отличается от того, каким набиваются сигареты, за исключением того, что кальянный табак должен быть увлажненным и его часто пропитывают вкусо-ароматическими добавками.

- В последнее время стали появляться смеси для кальяна в которых нет табака. Однако дым остается. В дыме от сгорания фруктовых добавок присутствует большее количество смол и ароматических углеводородов, ацетальдегида, чем в дыме от табака, а значит абсолютно безопасным, с токсичной точки зрения, курение безникотинового кальяна признать нельзя.
- У сигареты объем дыма ограничен ее небольшой величиной, и, соответственно, временем сгорания (3-5 минут в среднем), в то время как 25-30 граммов табака, умещающегося в средней кальянной чашечке можно тянуть долго, увеличивая объем вдыхаемого дыма.
- Ритуал кальянокурения довольно длителен – он продолжается от получаса до часа. Один час курения кальяна равносилен 100 выкуренным сигаретам.
- Последние исследования говорят о том, что курение кальяна может вызвать болезнь легких, сердечно-сосудистой системы и онкологические заболевания.
- Курение кальяна является дополнительным фактором риска при заражении COVID-19.

Курение электронных сигарет, вейпов и кальяна несет серьезную потенциальную опасность для здоровья и не является безвредной альтернативой сигаретам.

Министерство здравоохранения
Калининградской области
ГБУЗ «Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ