

## Вредна ли электронная сигарета?

В условиях, когда курение в общественных местах всё больше ограничивается, а цены на табак ощутимо повышаются, всё более популярными становятся электронные сигареты.

Многие уверены в том, что вред от электронных сигарет намного меньше, чем от обычных. А в интернете появилось огромное количество статей, доказывающих, что такой вид курения не только безвреден, но и даже в некотором роде полезен.

А действительно, задумывались ли вы о том, что электронные сигареты вредны или нет?



**Электронная сигарета** – электронное устройство, разработанное в качестве альтернативы обычным сигаретам, но выпускает пар вместо дыма. В основе устройства лежит генератор холодного пара. Пар выделяется из ароматизированной жидкости, заправленной в

картриджи. Картриджи делятся на группы по содержанию никотина: крепкий, средний, лёгкий, без никотиновый. По утверждениям производителей, электронная сигарета позволяет контролировать как физическую (картриджи с разным содержанием никотина), так и психологическую (воспроизведение ритуала курения) зависимость.

**«Курение» электронной сигареты – это ВЕЙПИНГ.**

Учеными-исследователями из Американской организации FDA было доказано присутствие в жидкости для электронных сигарет канцерогенных веществ. При этом концентрация веществ, провоцирующих развитие онкологических заболеваний, соответствует их содержанию в обычной сигарете. Устройства, созданные как безопасная для здоровья альтернатива курению сигарет, содержат опасные токсины.

Данных о вредных воздействиях при употреблении электронных сигарет на организм появляется все больше. Например, исследования японских биохимиков, согласно которым, пар испускаемый устройствами содержит

два типа альдегидов – хим. соединений провоцирующих рак. Научные эксперименты проведенные в ряде стран Азии доказали, что употребление электронных сигарет беременными женщинами провоцирует невынашивание плода мужского пола. Ученые повсеместно предупреждают об опасности ЭСДН для репродуктивного здоровья, возможности повреждения ДНК и мутациях генов. Так, этиленгликоль, близкое к пропиленгликолю (входящему в состав жидкостей для ЭСДН) вещество был испытан на животных (которые получали его вместе с пищей) еще в 1985 году и в 97% случаев приводил к появлению дефективного потомства.

И так, что вдыхает в себя человек при курении электронной сигареты:

**Глицерин** – используется в парфюмерии для смягчения кожи и в пищевой промышленности как загуститель. Вызывает сухость во рту. Может ухудшать состояние кровеносных сосудов и нарушать кровообращение. Является хорошей средой для развития бактерий.

**Никотин** – алкалоид естественного происхождения (в электронных сигаретах синтетический). Угнетает нервную систему, ухудшает зрение, вызывает поражение органов пищеварения. Вызывает выработку адреналина, что повышает нагрузку на сердце. Провоцирует выработку дофамина – гормона удовольствия, что дает основания считать никотин наркотическим веществом. Стоит лишь напомнить – никотин - нейротропный яд.

**Пропиленгликоль** – используется как пищевая добавка . Может вызывать заложенность носа, кожную сыпь и прочие аллергические реакции.

**Ароматические добавки** – вызывают ускоренное всасывание никотина в кровь и тем самым усиливают его поражающее действие.

**Металлы, в частности, никель** – могут вызывать интоксикацию организма.

### **Вред для окружающих детей**

Вред от никотина из электронных сигарет такой же, как и от обычных. Если курить в закрытом помещении, то воздух насыщается никотином. Когда же в таком помещении находятся другие люди, они вынуждены дышать этим наркотиком. И пусть концентрация его в воздухе будет не очень высокая, но всё же он успевает подействовать на людей его вдыхающих. Ведь безопасного количества никотина для человека не существует.

Электронная сигарета вредна для детей, если они прибывают рядом с курящим. Ведь дети вынуждены вдыхать никотин. А детский организм

намного более уязвим к этому наркотическому яду, чем взрослый. Ни в коем случае нельзя употреблять электронные сигареты, если рядом ребёнок.

**Люди, перешедшие с обычных сигарет на электронные стали курить больше**

Вот данные из США, где: «Исследователи из университета Сан-Франциско опубликовали результаты научных исследований, согласно которым, люди, перешедшие с обычных сигарет на электронные стали больше курить, при этом фактов полного отказа от курения оказалось всего 2%». В Минздраве Англии полагают: «... электронные сигареты не способствуют отказу от курения, а наоборот, укрепляют психологическую зависимость курильщиков». Корейские специалисты провели социологический опрос молодежи о курении (участвовало 70000 человек): «... и 80% опрошенных признались, что курят одновременно и электронные и обычные сигареты».

**Наличие в электронной сигарете**

**наркотика – никотина**

**делает её использование весьма опасным!!!**

Подготовил:  
Фельдшер-валеолог  
Н.С. Герасимёнок