

Электронные сигареты или 10 причин бросить курить

Доказано, что вейпы ничуть не безопаснее обычных сигарет, они бьют по мозгам и содержат аналоги пестицидов. Рассказываем, чем вреден вейп на самом деле, мнения ведущих экспертов.

Производители утверждают, что эти модные гаджеты менее вредны для здоровья и отлично помогают завязать с табаком. Однако медики с этим, мягко говоря, не согласны. По их мнению, испарения вейпов содержат в себе канцерогены и токсичные вещества и никоим образом не помогают бросить курить.

Свое шествие по миру электронные сигареты (они же вейпы) начали в начале 2000-х годов как безопасная альтернатива обычным сигаретам. А в России стали популярны после введения в 2013 году антитабачного закона, когда стало, запрещено курить в общественных местах, подъездах, госучреждениях и так далее.

Однако теперь, судя по всему, электронные сигареты постигнет та же участь, что и обычные: несколько месяцев назад Роспотребнадзор призвал ввести законодательное регулирование использования вейпов», объясняя это тем, что они представляют угрозу для здоровья. Минздрав, в свою очередь, предложил запретить курить вейпы в общественных местах. А в Правительстве РФ и вовсе лежит проект, который направлен не только на сокращение таких девайсов, но и на оказание медицинской помощи вейперам («О внесении изменений в федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»). Но пока законопроекты рассматриваются, тысячи людей продолжают добровольно травить себя. Вы в их числе? Вот вам несколько аргументов, показывающих, чем вреден вейп.

10 причин отказаться от вейпов

1. ВРЕД ВЕЙПА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ДОКАЗАН

Производители электронных устройств уверяют, что внутри - безвредное вещество, чуть ли не чистый водяной пар. Всемирная организация здравоохранения на этот счет имеет совершенно противоположное мнение. В докладе «Об электронных системах доставки никотина» ВОЗ сообщается, что «аэрозоль ЭСДН (электронные системы доставки никотина) не является всего лишь «водяным паром», как это часто утверждается». Эксперты установили, что основными компонентами раствора, помимо никотина, являются пропиленгликоль, глицерин, ароматизирующие вещества, формальдегид и другие, вызывающие рак, вещества. Доктор биологических наук Ольга Суховская, руководитель Консультативного телефонного центра помощи в отказе от потребления табака, подтвердила, что в состав курительных смесей входят канцерогенные вещества. А также никотин, вызывающий зависимость и являющийся нейротоксическим ядом.

2. ВЕЙПЫ ИНОГДА ВЗРЫВАЮТСЯ

В мире было зафиксировано уже несколько случаев, когда вейп взрывался во рту курящего. Были такие инциденты и в России. Последний произошел несколько недель назад, когда в Морозовскую детскую больницу доставили 17-летнего школьника, у него вместо рта было сплошное кровавое месиво. Рванувший вейп разворотил мальчику челюсти, зубы, губы. Хирурги еле спасли жизнь подростку. Но теперь ему предстоит пластика и вставка выбитых взрывом зубов. И это парню еще повезло: у 57-летнего жителя Флориды, ветерана Вьетнама Тома Хэлоуэй и вовсе в результате затяжки электронной сигареты взрывом оторвало язык.

3. ВЫЗЫВАЮТ АЛЛЕРГИЮ

Принцип работы электронной сигареты - как у кипятильника: спираль нагревается, курительный состав выделяет пар. При этом некоторые компоненты курительной смеси, особенно пропиленгликоль, могут вызвать раздражение верхних дыхательных путей. В итоге все это выливается в аллергическую реакцию. Ведущий специалист Государственного научно-исследовательского центра профилактической медицины Минздрава РФ Маринэ Гамбарян утверждает: природный табачный никотин в вейпах заменен на химический, а это еще вреднее. Например, сульфат никотина, который

раньше использовали в качестве пестицидов для уничтожения насекомых, а потом и вовсе запретили из-за их высокой токсичности. А люди, получается, затыгиваются аналогами пестицидов!

4. ВРЕДЯТ ОРГАНИЗМУ НА КЛЕТОЧНОМ УРОВНЕ

Все ароматизаторы, которыми «набивают» электронные гаджеты, проникают в легкие человека. И влияют на них, причем не поверхностно, а на самом глубоком, клеточном, уровне. Об этом было объявлено в прошлом году на международной конференции Легочного сообщества США. Сотрудники Университета Северной Каролины представили результаты своего исследования, в ходе которого установили, что чем дольше в легких задерживается пар от вейпов, тем масштабнее становится вред.

5. ЗА ВЕЙПАМИ ОТСУТСТВУЕТ КОНТРОЛЬ

«Ввоз, продажи, реклама, продвижение и потребление этих изделий никак не регулируются, и представляет серьезную угрозу для достижений реализации антитабачных мер», - приводит один из аргументов для запрета электронных сигарет Минздрав России. Производителей тоже никто особо не контролирует. И для них нет и единых правил. Что напихали – то и курите.

6. ДОЗИРОВКА НИКОТИНА И ДОБАВОК НЕИЗВЕСТНА

По причине отсутствия строгого контроля узнать дозировку тех или иных веществ почти нереально. Даже если на упаковке написано, что это устройство с низким содержанием никотина, никто это проверить толком не сможет. «Вот смотрите, на пачке обычных сигарет хотя бы указывается, сколько там смол, никотина, - утверждает эксперт Маринэ Гамбарян. - В случае с электронными заявленное количество никотина и других веществ часто не совпадает с их фактическим содержанием». Человек думает, что раз купил электронную сигарету, то теперь курит меньше - а на самом деле это может быть даже больше, чем в обычной сигарете. О каком отказе от никотина тогда может идти речь?

7. РИСК СТАТЬ «КУРИЛЬЩИКОМ В КВАДРАТЕ»

Электронные сигареты часто используют, как способ отказаться от обычных сигарет. Однако часто это просто сказка. Во-первых, вейпы сами вызывают никотиновую зависимость, хоть и не в таких объемах, как табачные изделия. Во-вторых, люди, у которых не получается завязать с табаком, становятся курильщиками в квадрате: смолят и обычные сигареты, и электронные.

8. УГРОЗА ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) предупреждает - люди, находящиеся рядом с активными вейперами, также подвергаются воздействию частиц вредных курительных смесей: «Нам неизвестно, повлечет ли возросшее воздействие токсичных веществ и частиц повышение риска заболевания и смерти среди окружающих, как это происходит в случае воздействия табачного дыма. Однако эпидемиологические фактические данные, полученные в результате экологических исследований, указывают на неблагоприятные последствия для организма».

9. ТАК ВЫ ВСЕ РАВНО КУРИТЬ НЕ БРОСИТЕ

Исследование, опубликованное в журнале JAMA Internal Medicine в 2014 году, показало, 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.

10. НА ВАС ПРОСТО ЗАРАБАТЫВАЮТ

На курильщиках вейпов просто зарабатывают, убивая их здоровье. В 2014 году во всем мире на вейпы люди потратили 3 миллиарда долларов. К 2030 году продажи, согласно прогнозам, возрастут в 17 раз. За свою короткую историю электронные сигареты сделали успешную «карьеру» - собрали большую паству приверженцев и, по мнению экспертов, в ближайшие 10-15 лет обгонят по продажам обычные сигареты. При этом по оценкам ВОЗ, если еще три года назад в мире насчитывалось 466 брендов, то сегодня число желающих поживиться за ваш счет возросло примерно в полтора раза. Они богатеют, а вы послушно несете денежки в кассу снова и снова.

Главный психиатр-нарколог Минздрава России Евгений Брюн:

«Употребление психоактивных веществ влечет за собой дальнейшее употребление не только никотина. Это входные ворота в любую другую наркотизацию. А поскольку в вейпах еще содержатся всякие многоатомные спирты и эфиры, то они еще и бьют по мозгам и «ослабумливают» человека».