

Виробникиелектронних сигарет та вейпів запевняють, що вони є цілком безпечною альтернативою звичайному тютюнопалінню. Нібито ці пристрої не шкодять здоров’ю, оскільки не утворюють продуктів горіння та не містять шкідливих смол.

Часто можна почути думку, що пара, яка утворюється під час паління електронних пристроїв, є безпечною, бо що може бути шкідливого у воді?! Однак ця пара не є суто водяною. Це аерозоль із домішками ароматизаторів і токсичних речовин. Серед них, наприклад, є метали нікелю та свинцю, вплив яких здатний призвести до захворювань нервової, серцево-судинної та дихальної систем; або ж сполука акролеїн, яка є сильним подразником органів дихання.

Формальдегіди у складі сумішей впливають на центральну нервову систему, сприяють зміні функцій мозку, що може призводити до погіршення пам'яті, здатності до навчання, різких змін настрою тощо. Токсичні пропіленгліколь та рослинний гліцерин здатні викликати пошкодження клітин у багатьох тканинах, а ацетальдегід також може спричинити серйозні зміни тканини легень. Вони збільшують ризики та підвищують ймовірність онкологічних захворювань.

Пара від вейпу чи електронних сигарет призводить до подразнення слизових оболонок горла, а також слизових ротової порожнини. Особливо страждають ясна та зуби: через велику кількість солодких ароматизаторів може розвинутися карієс, а вплив гарячих парів аерозолю веде до запалення ясен (пародонтоз).

Регулярне використання ароматизованих рідин, особливо солодких, також може створювати серйозні ризики для здоров'я. Адже багато з цих рідин є подразниками, що призводять до запалення дихальних шляхів, можуть сприяти розвитку пухлин, роблять організм сприятливим до вірусних захворювань тощо.

Як і звичайні сигарети, електронні також провокують залежність. Нікотин у сумішах представлений у вигляді солі бензойної кислоти, яка пришвидшує всмоктування нікотину.

Вважаючи, що електронні сигарети чи вейпи є нешкідливими, людина починає частіше їх використовувати, що веде до психологічної залежності та збільшення споживання.

Якщо, наприклад, прихильники звичайних сигарет можуть контролювати кількість цигарок і викурювати одну за годину чи менше, то з електронною сигаретою треба чітко контролювати час, бо можна викурити значно більшу дозу нікотину, ніж зі звичайною сигаретою.

Електронні пристрої для паління з'явилися відносно нещодавно, і науковці тільки починають ґрунтовно досліджувати вплив електронних сигарет та вейпу на організм людини. Уже зараз ми спостерігаємо збільшення кількості респіраторних захворювань через «паріння». Втім, ми поки що нічого не знаємо про довгостроковий вплив такого виду паління на здоров'я людини. І ще невідомо, які шокові результати ми отримаємо.

В Україні з 11 липня 2022 запрацювала норма Закону №2899-IV щодо захисту населення від шкоди вторинного тютюнового та нікотинового викидів. Згідно з статтею 13 цього Закону, у визначених громадських місцях заборонено куріння із застосуванням тютюнових виробів для електричного нагрівання (ТВЕНів) на рівні зі звичайними сигаретами, електронними сигаретами, пристроями для споживання тютюнових виробів без їх згорання.

Отже, безпечного паління не існує. Ніякого. Не будьте ні активними, ні пасивними курцями!

Читайте інформацію на наших ресурсах:

- **Facebook** ДУ «Черкаський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України»

- **Telegram-канал** ДУ «Черкаський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України»