



Подготовлено: Гамбарян М.Г., д.м.н. Руководитель Центра профилактики и контроля потребления табака

ОСТОРОЖНО, ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ!

Электронные сигареты, вейпы, системы нагревания табака опасны для здоровья и жизни

Чем опасны электронные сигареты? **Основная опасность — это мифы, связанные с электронными сигаретами — поддерживаемые... табачными компаниями.**



«БЕЗОПАСНЫЕ И БЕЗВРЕДНЫЕ», «ЭФФЕКТИВНЫЕ И КРУТЫЕ»...

☹️ **Они безопасны, я могу их курить вместо обычных сигарет!**

Безопасны?

Во-первых, Электронные сигареты не безопасны - их аэрозоли содержат высокотоксичный никотин, сверхтонкие частицы, другие химические токсины и канцерогены, карбоновые соединения, тяжелые металлы, такие как олово, медь, хром и никель.

Во-вторых, Вы никогда не можете быть уверены в том, чем Вы травитесь, всасывая в себя аэрозоли электронных сигарет. Заявленное на маркировке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с их фактическим содержанием.

А знаете ли Вы, что содержащийся в жидкости для заправки электронных сигарет сульфат никотина - мощный нейротоксин, который ранее использовался для травления насекомых, но был запрещен из-за высокой токсичности. При попадании в организм через кожу или желудок, он способен вызвать тяжелые отравления вплоть до смертельного исхода.

☹️ **Они безвредны для окружения, я могу их курить, там, где курить нельзя...**

Во-первых, пары, выпускаемые электронными сигаретами – небезвредны для окружающих Вас людей.

Содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет, делает их также опасными для окружающих, в том числе для беременных женщин и их будущего потомства, если женщины сами потребляют электронные сигареты, либо пассивно подвергаются воздействию их паров.

Во-вторых, парить электронные сигареты в местах, где курение запрещено, вы не можете. Это теперь запрещено законом.

☹️ **Они помогут мне бросить курить...и они «круче», чем любая терапия...**

Не надейтесь! Нет никаких фактов, доказывающих эффективность применения электронных сигарет как средства лечения табачной зависимости.

Наоборот! Серьезные международные исследования показывают, что применение электронных сигарет не помогает курильщикам отказаться от потребления табака.

И помните!

- Электронные сигареты сами вызывают и поддерживают никотиновую зависимость, быстрее, и более стойкую, чем табачные изделия
- Курильщики, которые не могут или не хотят отказаться от курения, и прибегают к потреблению электронных сигарет, как к меньшему из зол, рискуют стать «двойными» курильщиками. В силу высокой никотиновой зависимости, они не могут бросить курить, и продолжают курить обычные сигареты в сочетании с электронными, тем самым нанося непоправимый вред своему здоровью.
- Таким образом, потребление электронных сигарет, сводит к нулю все шансы курильщика когда-нибудь полностью отказаться от курения.

☹️ **Они мягкие, сладкие, вкусные, как такое может навредить?**

- Ароматы, делающие пар электронных сигарет «мягким» и «вкусным» **крайне токсичны**, и в первую очередь, для легких. **Чем слаще, тем страшнее!**

- «Мягкий» пар быстрее и легче, чем «жесткий» сигаретный дым проникает в кровь, мозг, и супертоксичный никотин с другими токсинами быстрее и эффективнее осуществляют свое разрушительное действие на организм. А там и инфаркты, инсульты, болезни легких и да, импотенция не за горами...

- EVALI: слышали о таком заболевании? Это болезнь вейперов. Поражение легких, связанное с парением вейпов и электронных сигарет. От него более 2800 молодых американцев попали в реанимацию и на ИВЛ.

☹️ **Системы нагревания табака – это не вейпы, это бездымный табак. Они безопасны.**

Неправда!

- **Во-первых**, от табака там одно название, табак в маленьком стике искусственно «напичкан» синтетическим никотином, только информацию об этом вы на упаковке не найдете
- **Во-вторых**, температура горения в них 350 градусов, и все отлично горит, в не нагревается,
- **В-третьих**, в дополнение имеющемуся токсинам в состав входят и глицерин, и карбоновые соединения, которые токсичны, но без которых не получится пар.
- И наконец, доказано, что Системы нагревания табака вызывают те же болезни, что и обычные табачные изделия, и электронные сигареты.

Так что, не обольщайтесь. Они не залог «успешности» и «исключительности», как в том пытается вас убедить производитель.

