

Що таке системи для нагрівання тютюну? Небезпека їх вживання. Кальян.

Часто ці пристрої плутають з електронними сигаретами, хоча це зовсім не одне й те ж. На відміну від електронних сигарет, в яких нагрівається рідина, яка може бути з нікотином або без, тютюнові вироби для нагрівання завжди містять тютюн. Система дозволяє нагрівати ці вироби до температури 250-300 °С. Для порівняння, у звичайних сигаретах температура горіння тютюну досягає 600 °С та більше. Виробники позиціонують ці вироби як продукти «зниженого ризику», аргументуючи це тим, що у стіках немає смол та значно менше різних домішок, порівняно зі звичайними сигаретами, однак підкреслюють те, що цільовою аудиторією є дорослі курці.



Разом з тим, ці вироби не просувають як засоби відмови від куріння, а швидше як «менш шкідливу альтернативу» для тих, кому складно або кому бракує бажання відмовитися від паління.

Історія розробки цих виробів починається ще наприкінці 80-х років минулого століття. Сьогодні на українському ринку представлено два бренди систем для нагрівання тютюну – IQOS та Glo.

Виробники намагаються вдосконалювати свої продукти. Це стосується як зручностей користування (тривалість роботи без підзарядки, механізми чищення пристрою тощо), так і зовнішнього вигляду (форма, розміри, різноманіття кольорів, наявність супутніх аксесуарів) та варіантів смаків стіків. Це пристрої, які нагрівають спеціальні сигарети (стіки, або тютюнові вироби для нагрівання - ТВН) до певної температури, внаслідок чого утворюється аерозоль, який вдихається курцем. Система нагрівання тютюну складається з тримача та зарядного пристрою. В тримач вставляється стік, де він нагрівається. Виробники заявляють про те, що їхні продукти виділяють на 90-95% менше шкідливих речовин, порівняно зі звичайними сигаретами, однак визнають, що вимірювали досить обмежену їх кількість (нагадуємо, що у сигаретному димі міститься понад 7 000 хімічних речовин). Також розробники визнають, що їхні продукти: містять нікотин, тому викликають залежність; не є безпечними та становлять ризики для здоров'я (особливо для людей з серцево-судинними захворюваннями, діабетом тощо, а також вагітних та жінок, що годують грудьми). Розповсюдження систем для нагрівання тютюну та стрімке зростання їх вживання відбувається переважно через агресивний масовий маркетинг у світі, який став можливим через відсутність ефективного регулювання цих виробів.

Поширеність вживання систем для нагрівання тютюну в Україні. Оскільки системи для нагрівання тютюну з'явилися на українському ринку лише декілька років тому, досліджень щодо поширеності їх вживання проведено практично не було. За результатами опитування, 1,7% дорослих у віці 18 років та старше користувалися системами для нагрівання тютюну протягом останніх 12 місяців. На жаль, через брак об'єктивної статистики динаміку поширеності вживання цих продуктів простежити складно, однак самі виробники зазначають, що кількість споживачів їхніх виробів дуже стрімко зростає. Виробники заявляють, що їхні продукти орієнтовані лише на повнолітніх курців, маркетингові засоби, які вони застосовують, свідчать про інше. Яскравий дизайн, гарні, привабливі малюнки, реклама на різноманітних молодіжних заходах і багато інших методів призводять до того, що ці продукти починають курити люди, які досі не вживали тютюн.

ТВЕНи розшифровуються як тютюнові вироби для електричного нагрівання.



Зазначимо, що розрізняють наступні різновиди ТВЕНів, вони у свій спосіб нагрівають тютюн та доставляють його в легені:

1. Деякі ТВЕНи використовують електронні нагрівальні елементи.

2. Інші нагрівають спеціально розроблені стіки, пробки або капсули, що містять тютюн.
3. Є ті, що працюють, нагріваючи рідини. У процесі створюються викиди, вони проходять через тютюнову пробку, поглинаючи аромат нікотину з тютюну.
4. Інші нагрівають тютюн за допомогою герметично закритої частини пристрою.
5. Деякі ТВЕНи мають розмір та форму ідентичну до сигарет, проте мають вугільний наконечник, обмотаний скляними волокнами. Він нагрівається при запалюванні сірником. Отже, тепло передається від вуглецевого наконечника до тютюну.

Прихована небезпека: як куріння кальяну впливає на здоров'я людини.

Одні люди вважають, що кальян, як і сигарети, викликає залежність і призводить до розвитку захворювань. Інші ж упевнені, що їх здоров'ю нічого не загрожує і кальян – це більш безпечна альтернатива сигаретам, оскільки тютюн «м'якший», і дим надходить у легені після фільтрації в колбі, нібито стаючи «чистішим» і не таким небезпечним.

Під
від



час куріння кальяну тютюновий дим проходить через воду, і багато хто вважає, що таким чином відбувається очищення диму від шкідливих речовин. Вчені проаналізували ефект куріння кальяну і дійшли висновку, що це хибна думка. **Як виявилось, таким шляхом прибирається лише 3% шкідливих домішок.** У цілому можна спостерігати не стільки очищення, скільки звичайне охолодження диму. Кальяни більш небезпечні, ніж зазвичай вважають. **Година паління кальяну завдає шкоди організму, як 100**

викурених цигарок. Адже під час куріння однієї цигарки курець вдихає 0,6 л диму, в той час як курець кальяну за один сеанс куріння кальяну вдихає 74,1 л диму.

Куріння кальяну насправді завдає суттєвої шкоди здоров'ю курців, включно з пасивними споживачами цього диму. Дим кальяну містить канцерогенні речовини, важкі метали, чадний газ та інші небезпечні сполуки, які також притаманні диму сигарет. Це нітрозаміни, поліциклічні ароматичні вуглеводні (ПАВ), формальдегід і бензол. Також внаслідок спалювання вугілля виділяється монооксид вуглецю. Люди, які вживають кальян протягом пів години, отримують велику дозу чадного газу, який спричиняє нестачу кисню в організмі – гіпоксію. Дим кальянів містить токсичні речовини, які також можуть спричинити рак легень та інші види раку, серцево-судинні та респіраторні захворювання. Куріння кальяну також викликає залежність, адже в кальяній суміші присутній той самий нікотин, що і в сигаретах. Навіть якщо курити безтютюновий кальян, уникнути шкоди для здоров'я не можливо. Людині небезпечно вдихати будь-які продукти згоряння, навіть ароматизовані. Курці кальяну, зазвичай, затягуються глибше, ніж курці сигарет – токсичні речовини потрапляють у нижні частини легень, що підвищує ризик розвитку важких респіраторних захворювань. Куріння кальянів становить також іншу небезпеку: передаючи трубку між різними людьми, можна підчепити туберкульоз, гепатит А, грип, герпес та інші інфекції. Кальяни шкодять також пасивним курцям – людям, які його вдихають, перебуваючи в одному приміщенні. Адже вони дихають не лише тютюновим димом, а також продуктами згоряння – вугілля. Стосовно короткочасного вживання кальяну, то воно теж пов'язане з такими негативними наслідками для здоров'я як: підвищення частоти серцевих скорочень і артеріального тиску; зниження функції легень; інтоксикація чадним газом. Куріння кальяну рекламується, зокрема, як спосіб розслабитися та гарно провести час. Цьому сприяють деякі заклади громадського харчування (кафе, бари та ресторани). Хоча куріння кальяну у цих місцях заборонено законом, недоброчесний бізнес закон порушує, намагаючись збагатитись шляхом підвищених прибутків.

Бережіть себе!

Куріння ТВЕНів та кальяну - небезпечно для вашого здоров'я !