

Электронные сигареты не могут считаться здоровой альтернативой обычным сигаретам. Последствия любого вида и способа курения опасны для здоровья. В зоне особого риска - дети и подростки, именно электронные сигареты за счёт комфортности использования быстро формируют стойкую зависимость.

Не курите и будьте здоровы!



Автор: Лобко М.И.
Врач-гигиенист (заведующий) отделения гигиены
питаниясанитарно-эпидемиологического отдела, тираж 200 экз.

Государственное учреждение
«Центр гигиены и эпидемиологии Ленинского района г. Минска»

Вред электронных сигарет



Минск 2024

Многочисленные научные исследования говорят о том, что между сердечно-сосудистыми, онкологическими и другими серьёзными заболеваниями и курением существует прямая зависимость. Хорошо известно, что курение является самым значимым фактором развития сердечно-сосудистых заболеваний; увеличивает риск развития ишемической болезни сердца (ИБС) в 2 раза; повышает риск смерти более чем в 3 раза. Отказ от вредной привычки уже через 1 год снижает факторы риска на 50%.



Известно, что в состав жидкостей вейп-систем входят пропиленгликоль, глицерин, никотин (в безникотиновых жидкостях отсутствует), диацетил, ароматические добавки, а при вдыхании пара в организм могут попадать ионы тяжелых металлов - олово, никель и другие. Кроме того, злоупотребление вейпами может привести к снижению уровня мужского тестостерона и негативно влиять на репродуктивную систему. Было выявлено негативное влияние пара вейп-систем на женскую половую систему, особенно в период беременности.

Никотин приводит к гибели эпителиальных клеток, а растворимые компоненты аэрозолей электронных сигарет, такие как акролеин, пропиленгликоль и глицерол – к утрате защитной функции легочного эндотелия и, следовательно, к воспалению.



Многие убеждены, что электронные сигареты можно использовать везде, даже в местах, где курение запрещено. Их аргумент: ведь это просто безвредный пар, как из чайника, он никому не мешает, это же не табачный дым. Но это не так. Напомним, что пар — это газообразное состояние вещества. А электронные сигареты выделяют аэрозоль, то есть, взвесь частиц в газе. И это огромная разница. Мелкие частицы аэрозоля всегда травмируют лёгкие, могут вызывать раздражение альвеол, кашель и другие респираторные проблемы.

Согласно законодательству Республики Беларусь, электронные сигареты и жидкости для их заправки приравниваются к

обычным табачным изделиям. Поэтому курить их в общественных местах запрещено.