

## **Чем вреден вейп для здоровья человека: 10 причин бросить курить**

### **1. ВРЕД ВЕЙПА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ДОКАЗАН**

Всемирная организация здравоохранения в докладе «**Об электронных системах доставки никотина**» ВОЗ сообщает, 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**, ранее подтвердила корреспонденту «Комсомольской правды», 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** в интервью с корреспондентом «КП» подтвердила: 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, затягиваются 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, - говорит наш 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.

## **СКАЗАНО!**

**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 «ослабоумливают» человека».

## **КСТАТИ**

**ЕЩЕ 5 ФАКТОВ, ДОКАЗЫВАЮЩИХ ВРЕД ВЕЙПА**

Любители попарить уверяют - электронные сигареты куда безопаснее для здоровья как самих курильщиков, так и окружающих. «Это совсем не так, - рассказывает **директор Государственного научно-исследовательского центра профилактической медицины профессор, д.м.н., Сергей Бойцов**. - Российские специалисты полностью солидарны с мнением экспертов Всемирной организации здравоохранения: вейпы не менее опасны для здоровья - и тех, кто «парит», и тех, кто находится рядом. Начиная от выработки опасного вещества формальдегида во время парения, заканчивая рассеиванием в воздухе никотина, от которого могут пострадать окружающие».

#### **Вырабатывают токсичные вещества**

Основу жидкости в вейпах составляют пропиленгликоль и глицерин. **Ученые из Национальной лаборатории Лоуренса в Беркли (США)** выяснили, что во время их нагревания высвобождаются токсичные вещества - акролеин и формальдегид. Первый раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывая слезотечение и кашель. Второй - оказывает негативное действие на нервную систему.

#### **Загрязняют окружающую среду**

По мнению экспертов той же лаборатории Лоуренса в Беркли, токсичные вещества во время испарения реально влияют на загрязнение воздуха, увеличивая уровень вредных выбросов. Жидкость оседает на легких

Авторитетная американская Ассоциация по контролю за медикаментами и продуктами питания (FDA) предупреждает: чем выше у вейпа температура испарения, тем больше мелкодисперсной жидкости оседает на легких. А вместе с ней и формальдегид.

#### **Дети глотают пар с никотином**

Что бы ни утверждали курильщики вейпов, но никотин, выдыхаемый вместе с паром так же вреден, как и из обычных сигарет. Мало того, по словам **профессора кафедры исследования табака в школе Бостонского университета здравоохранения Майкла Сигела**, дети, постоянно вдыхающие пар от вейпов, так же подвержены воздействию никотина, как если бы рядом курили обычные сигареты. У таких детей также выше риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

#### **У подростков выше риск астмы**

Многие подростки, считая, что электронные сигареты безопаснее, чем обычные, курят их бесконечно. Из-за чего повышается риск развития болезней легких, включая астму. «За пять лет потребление американскими подростками электронных сигарет выросло в 10 раз. И за последние несколько лет резко возросло количество больничных, которые курильщики вейпов брали в школе по причине проблем с бронхами и легкими», - говорит **профессор Стентон Гланц, директор Центра исследования табака Калифорнийского университета**.