

Вейпинг: вред электронной сигареты

О вреде табачных изделий известно всем, но, тем не менее, около 70% взрослого населения Беларуси являются курильщиками. Появление электронных сигарет буквально ошастливило желающих завязать с вредной привычкой – отказ от курения таким образом кажется безопасным и легким. На самом деле, все не так безобидно, как выглядит, и электронные сигареты приносят здоровью существенный вред.



Понятие "вейпинг" происходит от англ. "vape", что в переводе означает "вдыхать и выдыхать пар".

Вейп или электронная сигарета – устройство, предназначенное для имитации процесса курения, причиняющего вред здоровью. В комплекте присутствует также сменный картридж и зарядное устройство. В корпусе электронной сигареты находится батарейка и маленький парогенератор, который активизируется при «затяжке» сигаретой.

Во время курения в вейпе генерируется пар, который вдыхает курильщик. С помощью фильтров с различными ароматизаторами можно менять вкус и крепость сигареты.

Содержание никотина в электронной сигарете варьируется в зависимости от состава жидкости в картридже. Существует безникотиновая жидкость, но в этом случае вряд ли человек получит удовольствие от процесса курения.

Большинство людей или выбирает жидкость с привычным содержанием никотина, или совмещает электронную сигарету с обычными.

Вред здоровью

В безопасность электронных сигарет верят только те, кто не вникает в суть их работы и не задумывается о химическом составе веществ, которые вдыхаются вместе с паром. На самом деле, вреда от данного способа курения намного больше, чем пользы.

Первое, на что стоит обратить внимание – это статистика. Каждый второй курильщик не отказывается от обычных сигарет, и продолжает их курить вместе с электронной сигаретой. Получается, что как избавление от табачной зависимости этот способ нельзя назвать эффективным. Кроме того, у человека появляется дополнительная вредная привычка, а именно, психологическая зависимость от нового устройства. Выходит, курить без вреда для здоровья у вас не получится в любом случае.

Вред, наносимый вейп-курением

Вред вейпинга обусловлен появлением следующих симптомов недомогания:

1. Сухость и боль в горле может возникать из-за пропиленгликоля в составе жидкостей для вейпинга. Смысл данной составляющей в увлажнении гортани в момент парения, но после окончания вдыхания пара, слизистая горла испытывает дефицит влаги и проявляется это сухостью и болью.

2. Кашель может возникнуть по нескольким причинам. Если, к примеру, новоявленный вейпер ранее злоупотреблял обычным курением, то кашель будет следствием отхождения смол, скопившихся в организме. Другой причиной является все тот же пропиленгликоль. Третьим поводом для проявления симптома, будет привыкание организма к новому увлечению.

3. Икота возникает из-за заглатывания с паром никотиновой составляющей. При глубоком вдыхании вызывающие недомогания элементы доходят до желудка и вызывают икоту.

4. Появление акне (прыщей) является больше следствием отказа от обычного курения, нежели от вейпинга.

5. Тошнота связана с неудачным подбором ароматической жидкости или с повышенной силой испарения.

6. Вялость и головные боли связаны с перестройкой организма из-за прекращения курения табака. Наличие этих недомоганий может также сопровождаться бессонницей.

7. Боль в мышцах и судороги связаны с преобразованием пропиленгликоля после его поступления в организм в молочную кислоту. Для предотвращения появления данных симптомов нужно выпивать больше воды в течение дня или использовать жидкости на основе глицерина.

8. Повышенная потливость после начала использования вейп-прибора является свидетельством аллергии. Вейпинг-вред от аллергии заключается не только в потливости.

Может возникать зуд, першение в горле, сыпь на теле.

9. Диарея проходит если сменить жидкость с пропиленгликолем на глицериновую.

10. Кровоточивость десен и появление ранок во рту возникает после отказа от дыма. В процессе курения обычных сигарет, ротовая полость защищалась от горячего дыма и стенки десен полости рта стали утолщенными. После отказа от сигарет, оболочка становится более тонкой и чувствительной, поэтому и возникают проблемы с кровоточивостью.

11. Учащенное сердцебиение, головокружение может быть следствием неправильно выбранной дозировки никотина в жидкости для вейпинга. В случае появления таких симптомов, можно использовать жидкости без никотина.

Более серьезные последствия

Пропаганда безвредности, которая доступна по запросам в интернете «о вейпинге, вейпить, вейпинг» или «вейпинг вред и польза», с каждым годом все больше подвергается критике.

Так, в Японии группа исследователей обнаружила в паре из электронных сигарет высокое содержание вредоносного формальдегида. Ученые утверждают, что формальдегид может стать причиной смерти при употреблении в большой дозировке.

Также формальдегид был внесен в список опасных канцерогенных веществ.

Исследователи раковых образований связывают формальдегид с учащенными случаями онкологических заболеваний носоглотки. Из данных исследований вытекает вывод «вейпинг вызывает рак».

Состав жидкости для картриджа и ее вред:

- **Глицерин** – вызывает ощущение сухости во рту. Может стать причиной ухудшения работы кровеносных сосудов и нарушения кровообращения. Создает благоприятную среду для развития бактерий.

- **Никотин** синтетического происхождения – приносит вред работе организма в целом. Негативно сказывается на состоянии нервной системы, ухудшает зрение, нарушает работу органов пищеварения.

- **Пропиленгликоль** – сильный аллерген, который может спровоцировать

кожную сыпь, заложенность носа, слезотечение и т. д.

- **Ароматические добавки** – ускоряют всасывание никотина в кровь, тем самым причиняя больший вред здоровью.

Результаты исследований

С момента появления электронной сигареты у ученых из разных стран было достаточно времени, чтобы изучить ее действие и провести статистику. Вот главные факты, на которые стоит обратить внимание:

- **Вред для беременных.** Азиатские ученые пришли к выводу, что курение электронной сигареты во время беременности не только приносит вред здоровью будущей матери, но повышает риск невынашивания плода мужского пола.

- **Риск развития рака.** Японские ученые доказали, что пар от электронной сигареты содержит два типа химических соединений, повышающих риск развития онкологических заболеваний.

- **Частота курения.** Американские исследователи выяснили, что перейдя с обычных сигарет на электронные, в большинстве случаев человек начинает курить намного чаще. Причина заключается в психологической зависимости и вере в безопасность данного устройства.

- **Зависимость от табака.** Работники английского Минздрава полагают, что электронные сигареты не избавляют от табачной зависимости, а наоборот, только еще больше ее укрепляют. Поскольку от настоящей сигареты курильщик получает больше удовольствия, при возможности он закуривает ее после электронной сигареты для полноты ощущений.



Опасен ли вейпинг? Решать Вам.