



ГАУЗ "Оренбургский областной клинический
наркологический диспансер"

О ВРЕДЕ

ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ

Вейпинг (от английского - *vaping* -парение) - процесс курения электронной сигареты, испарителей и других подобных устройств. Вейперы пропагандируют курение электронных устройств как безопасную альтернативу обычным сигаретам.

Вейперы подвергают себя риску развития смертельной **«попкорновой болезни»** (облитерирующий бронхиолит), так как в 75% ароматизаторов содержится **диацетил**, который при вдыхании становится опасным и может вызвать сужение бронхиол и образование рубцов.

Это заболевание было обнаружено у сотрудников компании-производителя попкорна. **Диацетил** употреблять в пищу можно, но при вдыхании на протяжении длительного времени он становится опасным.

Больного мучает кашель, хрипы, затруднение дыхания, боли в груди.

Всего 5 минут вейпинга могут вызвать изменения в работе лёгких и усилить воспаление в дыхательных путях.

EVALI — повреждение лёгких, связанное с употреблением электронных сигарет или вейпа («болезнь вейперов»). Симптомы похожи на многие респираторные заболевания. Это кашель, одышка, лихорадка, озноб, рвота, диарея, головная боль, головокружение, учащённое сердцебиение и боль в груди. Поскольку болезнь новая, её течение непредсказуемо. Обычно заболевшим требуется госпитализация. Они часто не в состоянии дышать самостоятельно, их подключают к аппарату искусственной вентиляции лёгких. Даже пациентам с менее тяжёлыми симптомами может потребоваться дополнительный кислород.

Исследования доказали, что вейпинг вреден для сердечно-сосудистой системы. Во время курения вейпа, в составе которого есть никотин, увеличивается частота сердечных сокращений и повышается артериальное давление, что может повлиять на здоровье сердца в долгосрочной перспективе. Это значит, что в будущем высок риск инсульта, инфаркта, стенокардии и других заболеваний сердечно-сосудистой системы. Кроме того, курение вейпа и электронных сигарет – это особый риск для людей, у которых уже есть какие-либо формы сердечных заболеваний.

Так же было доказано, что более 5 вдыханий паров дыма эл. сигарет приравнивается (по тяжести вреда наносимому на организм) одной сигарете.

Зависимость возникает независимо от того, как вдыхать никотин — выкуривать обычную сигарету или вейп.

Одна из групп риска никотиновой зависимости — подростки. Их мозг более уязвим к никотину, чем мозг взрослого человека, что повышает вероятность развития зависимости. Употребление никотина в подростковом возрасте влияет на настроение, концентрацию внимания, принятие решений. В долгосрочной перспективе это увеличивает риск развития психических расстройств и когнитивных нарушений в более позднем возрасте.

Молодые люди, которые начинают с вейпа, с большей вероятностью будут курить обычные сигареты.

Кроме никотина, жидкость для вейпинга и последующий аэрозоль могут содержать канцерогенные химические вещества:

- Глицерин
- Пропиленгликоль (E1520)
- Ароматические добавки

Кому категорически запрещено курить электронные сигареты:

- Беременным женщинам
- Аллергикам
- Лицам в возрасте до 18 лет



Каждый курильщик электронных устройств обязан знать, что:

- Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
- Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца.
- Курение электронных устройств вызывает никотиновую зависимость.
- Общее использование одного устройства может привести к заражению гепатитом и туберкулезом.

Электронные сигареты не могут считаться здоровой альтернативой обычным сигаретам. Последствия любого вида и способа курения опасны для здоровья.

**Курение вредит здоровью,
задумайтесь уже сегодня!**

Вы можете обратиться по телефонам ГАУЗ "ООКНД" :

8 (3532) 50-80-05 диспансерно-поликлиническое отделение.

8 (3532) 50-02-44 диспансерно-поликлиническое отделение по обслуживанию детского населения.

Материал подготовлен отделом профилактики наркологических расстройств
ГАУЗ "Оренбургский областной клинический наркологический диспансер"