

Безопасность электронных сигарет не доказана

Электронная сигарета – это электронное устройство, позволяющее имитировать процесс курения.

Состав электронной сигареты

Электронная сигарета состоит из:

- Светодиода (имитация «огонька» на кончике сигареты).
- Аккумулятора и микропроцессора.
- Сенсора.
- Распылителя и содержимого сменного картриджа.

Заряжается «электронка» от сети или прямо от ноутбука. Время ее действия – 2-8 часов, в зависимости от интенсивности применения.

Что касается состава жидкости, которая приобретается отдельно и имеет различные ароматические добавки (ваниль, кофе и пр.) – она состоит из основы (глицерин и пропиленгликоль, смешанные в разных дозировках), ароматизатора и никотина.

Что представляют собой компоненты основы?

➤ Пропиленгликоль

Вязкая, прозрачная жидкость без цвета, со слабым запахом, чуть сладким вкусом и гигроскопическими свойствами. Разрешен к использованию (как пищевой добавки) во всех странах. Широко применяется в пищевой и фармацевтической промышленности, для автомобилей, при производстве косметики и пр. Практически не токсичен, в сравнении с иными гликолями. Частично выводится из организма в неизмененном виде, в остатке же превращается в молочную кислоту, метаболизируясь в организме.

➤ Глицерин

Вязкая жидкость без цвета, гигроскопичная. Также широко применяется в самых разных сферах промышленности. Акролеин, образующийся при дегидратации глицерина, может быть токсичным для дыхательных путей.

Основная опасность электронных сигарет

Основная опасность электронных сигарет обусловлена составом и концентрацией ароматических и вкусовых жидкостей, которые под действием температуры начинают испаряться и превращаются в дым. Проведенные исследования показывают, что некоторые вещества, входящие в состав картриджей для устройств, могут быть цитотоксичными (воздействовать на клетки организма). Особенно опасны они оказываются

для беременных женщин и подростков. Вред здоровью наносит и постоянное вдыхание токсических веществ с паром, в частности, пропиленгликоля, который раздражает слизистую дыхательных путей.

Кроме того, обязательной сертификации «электронки» не подлежат. Это значит, что они не поддаются ни надзору, ни контролю. То есть, купленная на кассе магазина сигарета может оказаться не такой уж безопасной, как пытаются нас убедить производители. ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения) не подвергала электронные сигареты серьезному исследованию — были лишь поверхностные тестирования, осуществленные скорее из любопытства, чем из соображений безопасности населения.

Ложная «безвредность» электронных сигарет играет серьезную роль в формировании интереса к курению у наших детей. Раз не вредно — значит, можно!

Данные некоторых исследований доказывают, что никотин в электронной сигарете все-таки присутствует. А значит никотин будет поступать в организм. Имитация сигареты приведет к привычке держать в руках «курительную палочку». А значит, в последствии спровоцирует человека на курение обычных сигарет. Наркологи и психиатры считают, что таким образом появляется психологическая тяга к курению, как к самому ритуальному процессу, которая закрепляется никотиновой зависимостью.

Токсикологи убеждены, что безвредность «электронки» не доказана, потому что должных испытаний как не было, так и нет.

Есть данные, что анализ картриджей показал наличие в них канцерогенных веществ и несоответствие заявленного состава картриджей реальному. В частности, нитросамин, обнаруженный в составе, способен вызвать онкологию. А в безникотиновых картриджах, опять же, вопреки заявлению производителей, был обнаружен никотин. То есть, покупая электронную сигарету, мы не можем быть уверены в отсутствии вреда, и «начинка» электронки остается для нас тайной, покрытой мраком.

При этом из-за относительно недавнего начала использования электронных сигарет результат их широкого применения, в том числе данные по заболеваемости и смертности от онкологических заболеваний, будут известны еще не скоро. Тем не менее уже сейчас существуют доказательства опасности некоторых веществ, используемых в электронных сигаретах. Так, сообщает ВОЗ, уровень содержания формальдегида или акролеина (канцерогенов) в некоторых электронных сигаретах может быть значительно выше, чем в обычных сигаретах.

К тому же, по данным ВОЗ, число инцидентов, связанных с отравлением никотином, существенно выросло за время активного использования электронных устройств.

ВОЗ отмечает, что пока достоверно неизвестно, ведет ли пассивное курение электронных сигарет к увеличению заболеваемости и смертности среди некурящих.

Как бы там ни было, считают в ВОЗ, курение электронных сигарет — это не просто вдыхание чистого водного пара, как заявляют производители таких

устройств. Поэтому организация предлагает запретить рекламу электронных сигарет и вкусовых ароматических добавок (со вкусом кофе, вишни, конфет и других), а также сообщения, что такие устройства могут помочь бросить курить.

В опубликованных ранее докладах Всемирной организации здравоохранения говорится также о том, что вред от электронных сигарет по-прежнему не доказан, так же, как и эффективность использования таких приборов. Поэтому до подтверждения их безопасности организация рекомендует отказаться от курения таких сигарет.

Вред для подростков

Электронная сигарета для подростков не предназначена. Но данная категория людей активно использует такое приспособление. Применение электронной сигареты указанной группе противопоказана, так как она оказывает крайне негативное воздействие на организм, который находится в процессе развития. Такое явление обусловлено различными факторами, с которыми следует ознакомиться многим родителям.

Курить электронную сигарету пытаются многие подростки. Согласно статистике, до 40% детей, которые достигли 14 лет, используют электронную сигарету. При этом важно отметить, что курение обычных сигарет ими ранее не осуществлялось. Около 50% подростков хотя бы однажды применяли электронную сигарету. По определенным причинам к реальному табаку интереса у большинства лиц этой категории не возникает.

Используя электронные сигареты, ребенок подвергается огромному риску развития хронических заболеваний.

Электронная сигарета для детей категорически противопоказана!

Реальная проблема состоит в том, что дети находятся под угрозой получить никотиновую зависимость и им будет очень сложно от нее избавиться. А длительное употребление никотина причинит огромный вред для здоровья.

Обычно производители представляют сигарету электронного в качестве средства, направленного на борьбу с курением. Но необходимо обратить внимание на то, что у подростков пагубная привычка от этого только появляется.

На современном этапе достаточно много подростков хотя бы раз курили электронную сигарету. Сотрудники учебно-воспитательных учреждений, учителя в школах не в силах бороться с популярностью таких товаров. Старшеклассники и ученики средних классов в каждом новом году используют эти сигареты в количестве, превышающем ранние объемы в 2, а то и в 3 раза.

Сотрудники медицинских учреждений уверены, что такое курение очень быстрыми темпами обуславливает появление у подростка или ребенка

никотиновой зависимости. Со временем сторонники электронной сигареты начинают курить обычный табак.

Среди взрослых, которые курят, почти 90% приобрели данную вредную привычку именно в подростковом возрасте. Однако родители и педагоги, психологи и прочие уполномоченные лица должны проводить с детьми разъяснительные беседы. Тот никотин, который входит в состав электронных сигарет, оказывает аналогичное негативное воздействие на молодой, еще не полностью сформировавшийся и окрепший организм. Активный ингредиент отрицательно влияет на организм в целом. При этом существенно ухудшается умственная активность. Негативное отражение на ребенке можно увидеть по снижению уровня его успеваемости в школе, физических возможностей при занятии спортом. Ребенок становится без причины раздражительным, у него резко меняется настроение, начинаются проблемы с органами дыхательной системы.

Существует также опасность передачи инфекции при совместном использовании одной электронной сигареты группой лиц, когда, так сказать, подростки пускают «электронку» по кругу. Кроме того, слизистая оболочка дыхательных путей от вдыхаемых паров воспаляется, что ведет к снижению естественных защитных функций. Значительно снижается эффективность первого барьера, защищающего наш организм от вирусов, вызывающих ОРВИ, то есть эпителиальных клеток. А ведь эпителиальные клетки верхних воздухоносных путей - это первая линия обороны наших дыхательных путей. Они защищают наш организм от всего опасного, что мы вдыхаем. Даже без никотина эта жидкость повреждает эпителиальную систему обороны и вирусы, вызывающие острые респираторные вирусные заболевания, легко проникают в лишенные защиты ткани. Глицерин при длительном употреблении может привести к сухости ротовой полости. Он служит благоприятной питательной средой для всевозможных бактерий, что может привести к налету на зубах.

Кроме того, химические вещества, входящие в состав электронных сигарет, могут вызвать аллергические реакции со стороны слизистых оболочек и кожи.

Реализация классических табачных изделий лицам, которые не достигли совершеннолетнего возраста, запрещается на законодательном уровне в строгом порядке. Относительно устройств электронного типа таких строгих правил не существует. Привлекают электронные сигареты юных потребителей вкусовыми качествами. В современном мире роль электронных сигарет для взрослых людей велика, так как удовлетворяет их определенные потребности. Однако нужно задуматься о том, что таким образом прививается любовь к данному элементу у подростков. Это явление носит крайне отрицательную тенденцию, так как количество курящих несовершеннолетних лиц все время увеличивается.

Курение вредно и опасно, каким бы образом оно ни осуществлялось. Ни табачные изделия, ни кальян, ни электронные сигареты не принесут вам никакой пользы. Вы должны постоянно помнить об этом, особенно если ваш возраст совсем юн.

Как уберечь ребенка от пагубной привычки?

Конечно, профилактика курения среди детей необходима, и надо говорить о вреде курения, особенно школьникам. Но нужно понимать, что рассказы об опасностях этой западни не останавливают, точно так же, как и рассказы о мотоциклах не останавливают мальчишек (хотя мотоциклы даже рядом не стоят по статистике с тем количеством смертей, которое вызвано курением). Акцентировать внимание нужно не только на опасностях, а на бессмысленности курения! Нужно создавать негативное отношение к курению, чтобы даже мысли не было попробовать первую сигарету!

Задача взрослых не обвинять детей, а дать им понять, что их просто обманывают! Задача в том, чтобы объяснять, что из себя представляет сигарета, и как это работает.

Если ваш ребенок не курит, это прекрасно! Но даже в этом случае вам нужно запланировать разговор с ним: ваша речь должна быть не только о сигаретах, но и других никотиновых продуктах (электронные сигареты, например, которые изготовители презентуют как безопасные! Хотя они тоже вызывают зависимость, и существует большая вероятность, что после них ребенок перейдет на обычные).

Если вы курите сами, то у вас появится шанс уберечь от курения своего ребенка или помочь ему бросить курить. Как? Только если сами бросите курить! До этого момента забудьте о любых разговорах!

Если ваш ребенок уже курит, не ругайте его, не обвиняйте, объясните ему, что есть курение и никотин, но только без страшилок и повышения голоса. Будьте для него другом!

Главная и основная работа на тему вреда от курения и сигарет должна проводиться в семье.

Будьте примером

Если вы курите сами, то никакие доводы и наставления не будут иметь никакого воздействия. Согласитесь, если кто-то рядом будет постоянно есть шоколадные конфеты и при этом убеждать вас, что они невкусные, вряд ли вы ему поверите. А что можно говорить о ребенке, для которого вы – эталон. Поэтому первое, что надо сделать, бросить курить.

Более того, та же неумолимая статистика предоставляет данные, согласно которым в 97% случаев, если хотя бы один из родителей является курильщиком, то курить начнет и ребенок.

Если вас не убеждает и этот факт, то вот вам еще один: неофициальные опросы курящих тинэйджеров говорят о том, что очень многие из них

впервые попробовали курить не в компании сверстников, не на улице «за углом», а у себя дома в возрасте 6-7 лет, найдя папины или мамины сигареты.

Если же вы не курите и считаете, что данная проблема вас не касается, вы глубоко заблуждаетесь. Продажа табака – это бизнес. И второе, что нужно сделать, донести это до ребенка.

Разговаривайте с ребенком

Объясните ему, что все табачные компании манипулируют общественным сознанием, ведь для них важно лишь получить доход и расширить свою аудиторию. Именно поэтому сигареты и другие никотиновые продукты они готовы продавать кому угодно, хоть взрослым, хоть детям. В особенности детям, ведь у них меньше опыта и они очень доверчивы. При этом у табачных компаний достаточно денег, чтобы содержать в штате химиков, разрабатывающих «вкусные» смеси, дизайнеров, создающих привлекательную упаковку, маркетологов, отвечающих за расширение рынка сбыта, и рекламщиков, создающих иллюзию того, что курить – это красиво и здорово.

То есть объясните ему, что его просто обманывают. Да, на эту «удочку» попадаются многие люди независимо от их социального статуса и образования, но их всех обманули. И просто подсадили на наркотик – никотин. И теперь они курят не потому что им это нравится, а потому что они стали зависимыми от никотина. И если он не хочет быть курящей зависимой толпой, пусть не дает шансов этому обману. Ни под каким предлогом он не должен курить! И не потому, что это очень вредно, плохо, а потому что это жестокий обман.

Объясните ребенку, что бизнес табачных компаний в принципе антигуманен – они продают не табак, а зависимость.

Создайте у ребенка негативное отношение к курению

Сами изучите, что содержится в сигаретах, в табачном дыме, как это влияет на организм человека, особенно на детский, и расскажите об этом ребенку. Он должен понять, что никотин – это не только наркотик, вызывающий постепенное привыкание, но и яд – нейро- и кардиотоксин, но помимо него при курении человек вдыхает еще много разных отравляющих веществ, в том числе канцерогены.

И будет беда, но не потому что будет разрушаться организм, а потому что это в любом случае заставит хотеть продолжать курить. Помогите ребенку самому выстроить логическую цепочку и осознать, что курение равносильно тому, что человек каждый день принимает порцию яда и сам отравляет свой организм.

Объясните, что пассивное курение также опасно и оно причиняет не меньший вред, чем активное. Кстати, по этой же причине никогда не разрешайте никому курить в присутствии детей, не важно, вашего ребенка или чьего-то еще. Ни дома, ни в подъезде, ни на улице. Даже если ваши гости выходят покурить на балкон или за дверь квартиры, это только создает

иллюзию ограждения от табачного дыма, и вы, и ваш ребенок в этот момент – пассивные курильщики.

Обратите внимание, что все это очень важно успеть объяснить ребенку до 13-14 лет, пока он еще очень восприимчив к вашим словам. Но что делать, если момент упущен, ребенок вырос и начал курить?

Если вы узнали, что ваш ребенок курит

Ни в коем случае не ругайте и не обвиняйте его. Вам важно сделать так, чтобы он самостоятельно принял решение отказаться от курения, а агрессия и запреты вызовут только чувство протеста. Пожалуйста, поймите сами, что дети совсем не виноваты. Мало кто из взрослых знает, что одно из направлений, которые выбрали табачные компании – это маркетинг для детей. Вбейте в поиске «Верблюд Джо», «реклама сигарет «Кисс» и вы увидите, какие подлые технологии используют табачные компании. Мне порой сложно за 6 часов убедить взрослых, умных и образованных людей, в том, что это обман. Что уж говорить о подростках, которых не беспокоит здоровье, семья или общественное порицание.

Объясните ему, как работает зависимость, делайте акцент на том, что его обманули и что табачные компании просто делают на нем свой бизнес (помните, о чем мы говорили выше?). И как хорошо быть другим, свободным и независимым ни от мнения других, ни от химического вещества.

Никогда не говорите детям: «Сигареты – товар для взрослых!». Наверно никому не нужно объяснять, как в данном случае работает эта фраза.

Если же вы чувствуете, что не можете убедить своего ребенка во вреде курения, обратитесь к специалистам.