

## Осторожно: электронные сигареты!

Всё чаще можно услышать про вред от электронных сигарет для организма. Мода на этот девайс растёт и любителей подымить становится больше.

Но учёные считают, что в электронной сигарете превышен допустимый уровень содержания вредных и опасных веществ, который пагубно воздействует на здоровье человека.

У курильщиков появляется зависимость от таких сигарет в связи с увеличением частоты курения электронных сигарет. Курящий э.с. думает, что они не так вредны и более безопасны, чем простые сигареты.



Достаточно узнать о составе жидкости, которую используют для сигареты, чтобы понять, **насколько электронная сигарета опасна для человека.**

В состав жидкости входит - [НИКОТИН](#), глицерин, пропиленгликоль и различные ароматизаторы. Часто туда добавляются психоактивные вещества. В сигаретах, где можно заменить содержимое, используют так называемую «жижу», цвет которой в различных сигаретах бывает разным и может меняться от оттенков жёлтого до мутного коричневого. В содержимое «жижи» **часто добавляются психоактивные вещества типа спайсов и различные наркотические вещества.** Также спайсы часто добавляют в кальяны. Везде, где присутствует сладковатый запах, есть наркотик!

Даже если вы используете «самозамес» для электронной сигареты, не думайте, что эта субстанция будет менее вредна. Наличие в жидкости никотина и других добавок – это не повод услышать «спасибо» от вашего организма. Поэтому лучше отказаться вовсе от сигаретных изделий. **Помните, что если курение вызывает зависимость, то электронные сигареты ее поддерживают!**

Кроме того, случается и такое, что аккумулятор сигарет перегревается. Следовательно, жижа в девайсе нагревается свыше нормы и её вред на организм курильщика и окружающих значительно увеличивается. Более того, перегрев может быть причиной взрыва сигареты.

А теперь давайте рассмотрим **ВРЕД И ВЛИЯНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ НА ОРГАНИЗМ** в подробностях. Всё симптомы и негативное влияние подтверждается учёными, проводящие соответствующие исследования. Убедитесь сами.

- **Легкие.** Слышали про попкорновую болезнь лёгких? Именно эта болезнь преследует вейперов (тех, кто курит электронные сигареты). Другое название болезни – облитерирующий бронхит, вызванный таким компонентом как диацетил. В Гарвардском университете выявили его неблагоприятное влияния на лёгкие.
- **Центральная нервная система.** На функции нервной системы, а точнее работы по регулированию деятельности внутренних органов влияет никотин, который находится в жидкости для электронной сигареты. Особенно вредоносно он воздействует на вегетативную нервную систему. Отсюда часто случаются расстройства сердечнососудистой системы, возникают проблемы с пищеварением даже у тех, кто предпочитает вейпинг обычным сигаретам. Причиной этому – регулярное отравление организма никотином и др вредными веществами.

Про никотин и говорить много не приходится. Его оправдать никак нельзя. Никотин – это чистое зло, а слово «безвредный» здесь точно неуместно. Он вызывает привыкание и пагубно влияет на организм.

- **Печень.** Напомним, что метаболизм никотина осуществляется клетками печени. Пройдя этот процесс, вредное вещество преобразовывается в котонин, а он очень вреден для здоровья. В силу того, что наш организм в течение дня получает ещё дозу вредных веществ от плохой окружающей среды, печень работает на износ. В свою очередь перегрузки приводят к нарушению работы паренхиматозной ткани.

Как следствие, могут возникнуть нарушения в кровообращении, склерозирование. Никотин вредит печени, лёгким и нервной системе!

- Насыщение в крови продуктами жижи происходит мгновенно, некоторым может быть достаточно 2–3 затяжек. Оно приводит к появлению у курильщика ещё большего чувства усталости, наступает быстрое переутомление.
- Любители девайсов должны помнить, что дым электронной сигареты также вреден для здоровья окружающих.

При выпаривании содержащиеся в жидкости никотин, глицерин, пропиленгликоль, а также ароматизаторы полностью не поглощаются вайпером и большая часть компонентов растворяется в воздухе. Поэтому люди, которые находятся рядом с парильщиком, невольно становятся участниками всего процесса. Неудивительно, что такие никотиновые ингаляции вредны для окружающих, а особенно для детей и беременных:

- ✓ детский растущий организм хуже реагирует на никотин. Ведь многие органы ещё полностью не развиты. Поэтому следует хорошо задуматься, прежде чем начать пользоваться сигаретой, даже электронной при детях. К тому же, курение – не самый лучший пример ребёнку здорового образа жизни.
- ✓ Даже небольшое количество никотина негативно влияет на формирование и развитие плода в утробе матери. Курящая мама рискует вызвать у ребёнка такие болезни, как астма, аутизм, психические нарушения.

Парение электронных сигарет также сопровождается выделением в паре вредных веществ. Это может быть не только никотин, но и другие вещества, о которых производитель попросту умолчал.

### **Так все таки, это пар или дым?**

Не забывайте, что если вместо дыма от электронной сигареты исходит пар без запаха или он совершенно невидим, это не явный признаком того, что пар не отравляет воздух ядовитыми веществами. В этом случае человек начинает чаще использовать электронную сигарету и у него и у «пассивного парильщика», рядом вдыхающего воздух, может возникнуть зависимость. Если же курить такие сигареты в помещениях, никотиновые пары

обязательно осядут на стенах, окнах и на других поверхностях, а это тоже не безопасно для окружающих.

В электронной сигарете не происходит горения, поэтому про дым говорить не приходится. Привычней и правильно будет говорить, что результат процесса курения этого девайса пар. От этого пара можно получить «удар» по горлу в любой момент процесса употребления электронной сигареты. Получается он за счёт вдыхаемого горячего пара. Результат сильного «удара» – кашель.

В электронных чем выше напряжение, тем больше и горячее выделяется пар, а значит курильщик получает «удар».

Сильный «удар» по горлу может прийтись, если пар не задерживать во рту, а вдыхать сразу лёгкими. Так часто делают курильщики. Неудивительно, что результатами таких воздействий становятся различные заболевания:

- Профессор и доктор медицинских наук Г.М. Сахарова напоминает, что электронные сигареты содержат никотин, а никотин имеет свойство не просто влиять на здоровье и вызывать рак, но и повреждает ДНК, а это уже перспектива патологии у будущего потомства.
- Кроме того, содержащиеся вещества в сигарете, синтезируют при нагревании формальдегид и другие карбонилы, другими словами в канцерогены.

**Поэтому, говорить о безопасности электронных сигарет не приходится.**