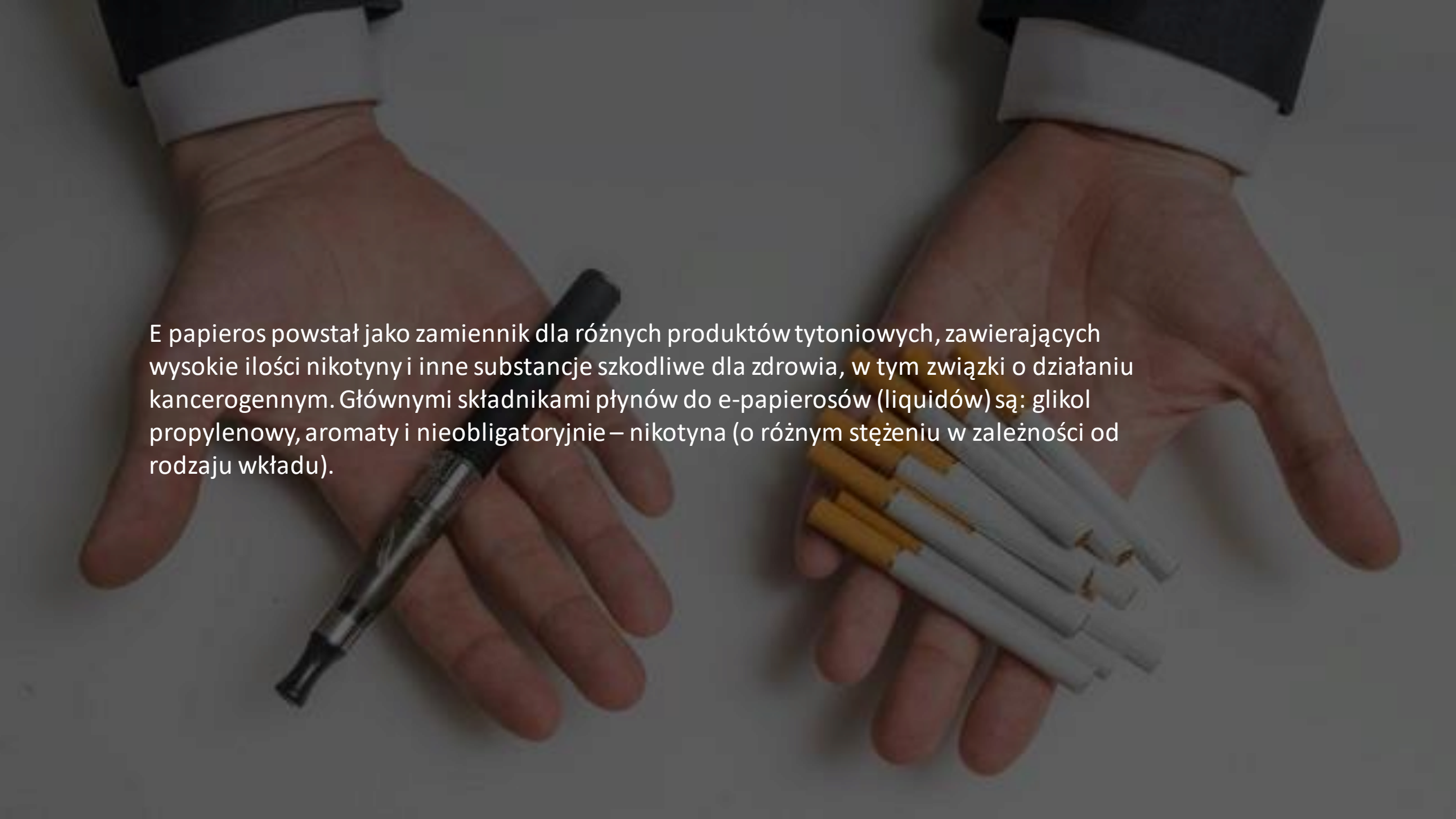
E-papierosy

Wprowadzenie

Elektroniczne papierosy (czyli tzw. e-papierosy) zostały opracowane w 2003 roku przez chińskiego farmaceutę Hon Lik. W ostatnich latach obserwuje się wzrost zainteresowania tymi urządzeniami. Wynika on m.in. z faktu, że elektroniczne papierosy są postrzegane jako o wiele zdrowsza alternatywa dla papierosów. Wiele osób sięgających po e-papierosy jest przeświadczonych o ich niewielkiej, wręcz marginalnej szkodliwości. Czy rzeczywiście elektroniczne papierosy są zupełnie bezpieczne dla zdrowia i każdy z nas może je stosować?



E papieros powstał jako zamiennik dla różnych produktów tytoniowych, zawierających wysokie ilości nikotyny i inne substancje szkodliwe dla zdrowia, w tym związki o działaniu kancerogennym. Głównymi składnikami płynów do e-papierosów (liquidów) są: glikol propylenowy, aromaty i nieobligatoryjnie – nikotyna (o różnym stężeniu w zależności od rodzaju wkładu).

E-papieros ,a papieros tradycyjny

Przeprowadzone wyniki badań porównawczych wskazują, że e-papieros dostarcza o wiele mniej substancji toksycznych. Dla przykładu aerozol pochodzący z elektronicznego papierosa zawiera 9-krotnie mniej formaldehydu, 15-krotnie mniej akroleiny, 120-krotnie mniej toluenu i aż 450-krotnie mniej acetaldehydu (aldehydu octowego). Obserwacje te potwierdzają wyniki badań wykonanych przez Laugesena i wsp. Naukowcy odnotowali, że e-papieros posiada podobny profil bezpieczeństwa i potencjał uzależniania co medyczne inhalatory nikotyny. Co więcej, stwierdzili również, że aerozol powstały w e-papierosie zawiera o wiele mniej substancji toksycznych w porównaniu z dymem tytoniowym. McAuley i wsp. potwierdzili, że aeorozol pochodzący z e-papierosów zawierał o wiele mniej związków szkodliwych niż dym tytoniowy, takich jak wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne (WWA), czy też nitrozoaminy. Z kolei polscy naukowcy odnotowali, że stężenie pyłu zawieszonego (PM2.5) cechującego się szczególnie szkodliwym wpływem na zdrowie, było 7-krotnie niższe w e-papierosach, niż w dymie palącego się papierosa.

Skutki palenia e-papierosów

Literatura naukowa pokazuje, że stosowanie e-papierosów może wiązać się z wystąpieniem różnych skutków ubocznych. Najczęściej wymienia się objawy takie, jak: Suchy kaszel Podrażnienie górnych dróg oddechowych Bezsenność Dolegliwości żołądkowo jelitowe (bóle brzucha, nudności, wymioty) Zawroty głowy Uczucie pieczenia w żołądku Zapalenie dziąseł Suchość spojówek

Układ narządów	Skutki zdrowotne wynikające z użycia e-papierosa
Układ oddechowy	- podrażnienie górnych i dolnych dróg oddechowych - zapalenie oskrzeli, kaszel, zmiany rozedmowe w płucach.
Układ immunologiczny	- indukcja stanu zapalnego w drogach oddechowych, - zmniejszenie wydajności układu odpornościowego, - zwiększone ryzyko wystąpienia zapalenia płuc .
Ośrodkowy układ nerwowy	- zmiany behawioralne, - upośledzenie pamięci, - skurcze mięśni i drżenie mięśni.
Pozostałe układy	- podrażnienie oczu , - kontaktowe zapalenie skóry i oparzenia, - nudności i wymioty, - podrażnienie błony śluzowej gardła i jamy ustnej.

JAK RZUCENIE PALENIA
WPŁYNIE NA TWÓJ ORGANIZM?
STOP!
20 minut w ciągu
spada tętno i ciśnienie krwi
12 godzin w ciągu
poziom tlenku węgla we krwi normuje się.
2-12 tygodni
po rzuceniu palenia poprawia się krążenie krwi i czynność płuc.
6 tygodni
po rzuceniu palenia ustępują zmiany leukoplastyczne w jamie ustnej.
1-9 miesięcy
po rzuceniu palenia zmniejsza się kaszel i duszność.
12 miesięcy
miesięcy po rzuceniu palenia ryzyko choroby niedokrwiennej serca jest o połowę mniejsze niż u osoby palącej
1-4 lata
po rzuceniu palenia ryzyko śmierci jest o połowę mniejsze niż u osoby palącej.
5–15 lat
po rzuceniu palenia ryzyko śmierci z powodu choroby niedokrwiennej serca zmniejsza się o połowę, a ryzyko wystąpienia udaru mózgu jest jak u osoby nigdy niepalącej.
10 lat
po rzuceniu palenia ryzyko zachorowania na raka płuc spada o połowę, a ryzyko raka jamy ustnej, gardła, przełyku, pęcherza moczowego, szyjki macicy i trzustki znacząco zmniejsza się.
15 lat
po rzuceniu palenia ryzyko wystąpienia choroby wieńcowej jest jak u osoby nigdy niepalącej.
Na podstawie: WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, 2019. Geneva: World Health Organization; 2019

Dziękujemy za uwagę