

Электронная сигарета – это эффективное средство формирования табачной зависимости

В последние годы все большее распространение приобретают электронные сигареты или е-сигареты. В последние годы табачные компании продвигают рекламу, которая называет е-сигареты эффективным способом отказа от курения.

Впервые электронные сигареты появились на китайском рынке в 2004 году. Их изобрел китайский фармацевт Хон Лик. В 2005–2006 годах различные модификации электронных сигарет вышли на мировой рынок.

Производители утверждают, что электронная сигарета позволяет получить аналогичные курению ощущения без специфического табачного дыма, который содержит более 4000 токсичных веществ.

Многие электронные сигареты выглядят, как обычные сигареты, сигары или трубки. Некоторые «маскируются» под шариковые ручки. Большинство таких устройств – многоразовые, со сменными или заправляющимися картриджами и заряжаемыми аккумуляторами. Однако на рынке встречаются и одноразовые электронные сигареты.

Е-сигареты, или электронные сигареты, представляют собой устройства, позволяющие получить дозу никотина в виде ингаляции. Испарение происходит при помощи атомайзера, работающего на батарее. Он превращает жидкость, содержащую никотин и ароматические вещества, в пар. Детей и подростков привлекают в электронных сигаретах ароматические вещества (запах клубники, бананов и т.д.).

Практически все электронные сигареты работают автоматически. При втягивании воздуха датчик активирует нагревательный элемент, который испаряет раствор, находящийся в сменном мундштуке.

Светодиод, имитирующий огонек сигареты или трубки, сигнализирует, что устройство активно. Один из основных элементов электронной сигареты – форсунка, которая нагревает жидкость и превращает ее в пар. Но большую часть этого устройства занимает аккумулятор, который и придает электронной сигарете ее вес.

В картриджах для электронных сигарет содержатся никотин и композиция ароматических веществ. Как правило, они растворены в пропиленгликоле или растительном глицерине. Эти вещества также входят в состав жидкости для медицинских ингаляторов и небулайзеров. ***Концентрация никотина в картриджах варьируется от нуля до 24–36 мг/мл.***

Постановлением Минздрава РФ установлены следующие предельно допустимые уровни (ПДУ) содержания смолы и никотина в сигаретах: для импортных сигарет ПДУ по смолам - не более 15 мг/сиг.; для отечественных сигарет с фильтром - 20 мг/сиг.; для отечественных сигарет без фильтра - 24 мг/сиг.

До сих пор нет единых стандартов для рецептуры жидкости, содержащейся в картриджах. Все, что добавляется туда вместе с никотином и пропиленгликолем, остается на усмотрение производителя.

Сообщения о том, что электронные сигареты помогают бросить курить и снизить уровень [пассивного курения](#), обычно содержат неофициальные данные. ***Убедительных статистических данных по результатам их использования нет.***

Сами производители электронных сигарет до сих пор не предоставили результатов крупных исследований, проведенных с участием добровольцев. Данные, которые в настоящее время используются для подтверждения эффективности электронных сигарет как средства отказа от курения, получены в ходе небольших «домашних» исследований научных центров.

Например, вот [результаты опроса](#), проведенного среди 222 курящих американцев сотрудниками Школы общественного здравоохранения Бостонского университета. Треть опрошенных не курят других табачных изделий с тех пор, как приобрели электронные сигареты. При этом сами исследователи отмечают, что респонденты так и не смогли справиться с главной проблемой курения – никотиновой зависимостью.

Из-за недостатка научных данных, медицинские и юридические аспекты использования этого устройства в разных странах сильно отличаются.

Например, ***в США электронные сигареты классифицируются как табачные изделия, и их продажа запрещена лицам, не достигшим 18 лет.*** В некоторых странах курение электронных сигарет в общественных местах запрещено наравне с употреблением любых табачных изделий.

До сих пор нет единого стандарта на производство электронных сигарет, а их безопасность не проверена в лабораториях. Так, например, в американском штате Флорида мужчина [получил ожоги](#) лица после того, как его электронная сигарета взорвалась.

Статистических данных, подтверждающих эффективность электронных сигарет как способа бросить курить, до сих пор нет. Нет также и единого стандарта для производства самих устройств и жидкости для них. ***Электронные сигареты в себе тоже содержат никотин, и курящий все равно дышит никотином.***

Как правило, на электронные сигареты переходят, чтобы бросить курить. А потом бросают их и начинают опять курить нормальные.

Минздрав Российской Федерации предупреждает: «Запрет на курение электронных сигарет в общественных местах связан с тем, что они содержат никотин, влияют на здоровье как активных, так и пассивных курильщиков, а также пропагандируют образ курящего человека».