

## **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 батарейке. 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».***