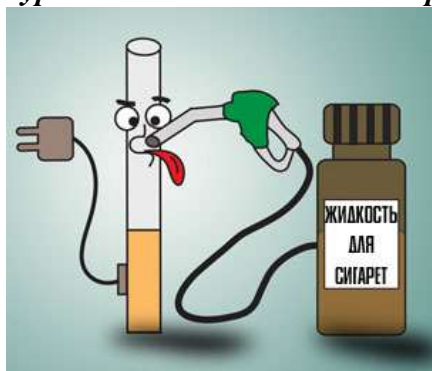


Электронные сигареты (Е-сигареты) представляют собой устройства, позволяющие получить дозу никотина в виде **ингаляции**. Испарение происходит при помощи атомайзера, работающего на батарейке.

Он превращает жидкость, содержащую никотин и ароматические вещества, в пар. Концентрация никотина в картриджах варьируется **от нуля до 24–36 мг/мл**. Последние значения считаются сверхвысокими и никогда не используются при отказе от курения. Существуют и безникотиновые наполнители.



***Правда ли, что электронные сигареты безвредны и их можно курить вместо обычных сигарет?***



Состав жидкостей для электронных сигарет не регулируется никакими стандартами и содержание веществ, заявленное на их упаковке зачастую не совпадает с их фактическим составом. По химическому составу это сложная жидкость и кроме безопасных глицерина и пропиленгликоля, в ней содержится никотин, который является нейротоксином, а так же масса

других химических веществ придающих аромат и вкус (карболовые соединения, тяжелые металлы). Все, что добавляется в картридж вместе с никотином и пропиленгликолем, остается на усмотрение производителя.

Состав ароматических добавок постоянно обновляется и если учесть, что многие азиатские производители, делают бизнес на имитации популярных марок, то польза от замены ими сигарет весьма сомнительна.

***Правда ли что их можно курить в общественных местах и они безвредны для окружающих?***

Пары, выпускаемые электронными сигаретами действуют на окружающих так же как и на курящего, то есть если в них есть никотин и токсические вещества, то они при вдыхании наносят такой же вред здоровью.



***Помогают ли электронные сигареты бросить курить?***

- + Сообщения о том, что электронные сигареты помогают бросить курить и снизить уровень пассивного курения, обычно содержат неофициальные данные или ссылки на мнения известных людей. Убедительных статистических данных по результатам их использования нет.
- + Нет никаких достоверных исследований доказывающих эффективность применения электронных сигарет при лечении табачной зависимости. Напротив же, курение электронных сигарет продолжает обеспечивать устойчивость стереотипа поведения курильщика: удержание сигареты в руках, во рту, вдыхание дыма и т.д.
- + Это средство **способно вызвать еще большую зависимость** от никотина – ведь человек искренне полагает, что наносит своему организму минимальное количество вреда, так как не потребляет смолы и другие канцерогены, содержащиеся в обычном табаке и самостоятельно может регулировать дозу никотина в большую сторону.

## Кому выгодны электронные сигареты?

✚ Во первых, это новая ниша товаров для производителей табака, многие табачные компании заняты их выпуском для сохранения покупателей.



✚ Во вторых, для сохранения моды на потребление табака. Попробовав впервые из любопытства электронные сигареты, подростки легко становятся их постоянными потребителями, а затем и курильщиками традиционных табачных изделий.



### Важно знать что:

- Электронные сигареты могут сами вызвать и поддерживать никотиновую зависимость.
- Потребление электронных сигарет не избавляет от табачной зависимости.
- Потребление электронных сигарет наносит вред здоровью.

ОГКУЗ особого типа «Областной центр медицинской профилактики»  
г. Белгород, ул. Губкина, 15 «В»  
тел./факс (4722)52-90-13, 52-91-25



Департамент здравоохранения и  
социальной защиты населения  
Белгородской области

## Электронные сигареты Все что вы хотели спросить



г. Белгород