

ВЕЙПЫ: ВОЗМОЖНА ЛИ ЗАМЕНА СИГАРЕТАМ?



Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) предполагает, что смертность, связанная с курением табака, увеличится с 5,2 млн. (2010 г.) до **10 млн.** в 2025–2030 гг. Если рассматривать статистику курящих подростков в возрасте от 15 до 17 лет, то она ничем не отличается от статистических данных у взрослых: сигаретами увлекается **40%** всех подростков, из которых 20% – девушки.

По данным ВОЗ именно курение привело к тому, что в России:

- самый низкий возрастной порог заболеваемости рака легких (47 лет, тогда как в Европе – 62 и выше)
- одна из самых высоких в мире распространенность туберкулеза
- самый высокий показатель патологии новорожденных

Чем опасно табакокурение в подростковом возрасте?

- 1** Вдыхание табачного дыма ведет к потере бронхами своей эластичности. Они перестают выполнять «каркасную» функцию. Повышается риск развития бронхоэктазов - хронического расширения бронхов или их отделов.
- 2** Дыхательная система является первой на пути канцерогенов, никотиновых смол и других опасных составляющих табачного дыма. Он раздражает слизистую гортани, трахеи, вызывает гибель реснитчатого эпителия, выстилающего дыхательные пути.
- 3** Курильщики предрасположены к астме, аллергии и простуде, болеют гораздо чаще сверстников.
- 4** У 80% заядлых курильщиков рано или поздно развивается хронический бронхит, за ним следует и более серьезная патология бронхолегочной системы.
- 5** У курящих подростков нарушаются обменные процессы в организме, особенно усвоение витаминов А, В1, В6, В12, а витамин С разрушается. Из-за этого тормозится общее развитие, замедляется рост.
- 6** Из-за курения часто развивается анемия (малокровие), а также близорукость.
- 7** Появляются воспалительные процессы в носоглотке.
- 8** Курение в раннем возрасте ухудшает слух, поэтому курящие дети, как правило, хуже слышат низкие звуки.
- 9** Курение подростков в первую очередь сказывается на нервной и сердечно-сосудистой системах. В 12–15 лет они уже жалуются на одышку при физической нагрузке.

10 При курении зрительная кора головного мозга начинает испытывать дефицит кислорода. У курящего подростка может измениться цветопередача, краски станут более блеклыми. Затем начинается мелькание и двоение в глазах, и, наконец, снижение остроты зрения, возникшие от табачного дыма слезоточивость, покраснение и отечность век. Никотин вызывает изменения в сетчатке глаза, в результате – снижение чувствительности к свету, повышает внутриглазное давление. В последние годы появилась совершенно новая группа курильщиков – это вейперы или курильщики электронных сигарет. Они утверждают, что пары, которые они вдыхают вместе с никотином, намного безопаснее, чем смола и сплавы химикатов в табачных сигаретах, и эта новая субкультура курильщиков уже одержима технологиями электронных сигарет. Большинство вейперов – молодые люди от 14 до 25 лет.

Как работают вейпы?

В вейперах жидкость, состоящая из глицерина (трехатомный спирт), пропиленгликоля (двухатомный спирт), ароматизаторов и никотина нагревается до испарения в атомайзере. Отсутствие табачной основы (и того, что получается при его горении) и других составляющих сигарет не приравнивает вейпинг по техническому регламенту к табачной продукции. Однако в этом и кроется опасность.

НО!

По сообщениям ВОЗ в 2016 году подтверждено, что при курении электронных сигарет образуются токсичные вещества. Выяснилось, что термическое разложение пропиленгликоля и глицерина, которые содержатся в составе жидкости для заправки сигареты, приводит к высвобождению акролеина и формальдегида, которые обладают токсичными свойствами:

- Акролеин раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также мутации в клетках.
- Формальдегид, помимо перечисленных свойств, оказывает токсическое воздействие на центральную нервную систему.

Помимо этих веществ в парах было обнаружено 31 вредное химическое соединение, в том числе окись пропилена и глицидол, которые являются канцерогенами.



Каково влияние вейпа на здоровье подростка?

1. Затруднение работы легких.

С первых проб подросток может испытывать затрудненное дыхание даже при минимальных нагрузках, затем организм реагирует на курение затяжным кашлем и отдышкой. Именно курильщики занимают первое место по распространенности рака легких. Более того, из-за вынужденного снижения физической активности происходит уменьшение силы мышц.

2. Ухудшение слуха.

Никотин разрушает клетки, в том числе клетки слуховой коры. Это приводит к рассеянности слухового восприятия, а значит – отсутствие адекватной реакции на внешние раздражители.

3. Ухудшение зрения.

С самой первой сигареты зрение начинает терять свою остроту и способность воспринимать цвета, повышается чувствительность к свету. Кроме того, никотин повышает внутриглазное давление, поэтому курильщик, а в данном случае «парильщик», рискует получить глаукому. Зрение будет слабеть, и это имеет необратимый характер (может быть исправлено только дорогостоящей операцией). Помимо прочего, могут наблюдаться хронические воспаления зрительного нерва, отслоение сетчатки.

4. Ухудшение работы щитовидной железы.

Это, как правило, приводит к гормональному сбою. Никотин негативно влияет на развитие половых органов, молочных желез и менструальных циклов у девушек, на работу яичек и

мальчиков. Продолжающие курить подростки рискуют в дальнейшем получить диагноз «бесплодие».

5. Учащение сердцебиения.

Из-за употребления никотина нарушается сократимость сердечной мышцы, учащаются спазмы сосудов, они теряют эластичность и прочность, внутри формируются атеросклеротические бляшки, а также повышается объем мышечных волокон сердца (гипертрофия). В дальнейшем это приводит к гипертонии.

6. Болезни кожи.

И так не идеальная кожа подростка в сочетании с никотином дает усиливающуюся угревую сыпь, акне, серборею, чрезмерную сухость, пигментацию. Нарушается работа сальных и потовых желез.

7. Мощное угнетение центральной нервной системы и головного мозга.

Никотин непредсказуемо воздействует на нервную систему. Подросток может становиться более активным и эмоциональным до истерии, либо не, напротив, хандрить и впадать в депрессию, но это не все. Под воздействием никотина снижается активность головного мозга, нарушаются нейронные связи. Ухудшается память, происходит регресс в координации движений и развитии мелкой моторики, замедляется развитие практически всех психических познавательных процессов: памяти, внимания, мышления, воображения и также потере творческих способностей и навыков.

Источники:

1. Т. М. Асанов, Е. А. Скубилина, Т. В. Дружинина, В. В. Бекезин. *Современные данные об использовании вейп-девайсов подростками и функциональных особенностях респираторной системы у них. Смоленский медицинский альманах.* – 2017. – № 3. – С. 75-80
2. В. Б. Пелипецкая. *Влияние курения электронных сигарет на развитие подростка. Академия профессионального образования.* – 2017. – № 4. – С. 61-70
3. <http://12.rospotrebnadzor.ru/>