

ВЕЙПИНГ. ЧТО ВРЕДНЕЕ ПАРИТЬ ИЛИ КУРИТЬ?

Е. М. Батенко, А. А. Куторга

Омский государственный технический университет, г. Омск, Россия

Аннотация. Модным в России вейпинг стал в последнее время: людей, которые курят электронные сигареты, относят к новой субкультуре — вейперам. Конечно, больше всего подвержены этому «модному направлению» школьники и студенты, т. е. молодое поколение. При этом используют паровые устройства, как парни, так и девушки. «Вейперы» считают, что парить совсем не опасно и это намного лучше, чем курить обычные сигареты. Так ли это на самом деле? Что все-таки вреднее: парить или курить? Можно ли бросить курить, перейдя на электронные сигареты? Ответы на все эти вопросы и были главной задачей при написании данной статьи. Перед нами стояла цель — разобраться, что же такое «вейпинг».

Ключевые слова: вейпинг, пар, здоровье, курение.

I. ВВЕДЕНИЕ

Какой вред и польза вейпинга? Крупных опытов и анализов, благодаря которым можно было бы определить конкретное влияние электронных сигарет и паровых устройств на здоровье человека и окружающих людей, нет. Все потому, что вейпить люди стали не так давно — около 3—5 лет назад. Этого времени недостаточно для проведения серьёзных исследований.

С каждым днем увеличивается число людей, парящих вейп. Это значит, что такие приборы становятся проблемой для общества, его безопасности. За этим нужно начинать следить на уровне государства. К сожалению, в России нет запрета на вейпинг в общественных местах, как, например, на курение. Однако эту проблему начали замечать представители государственной власти. Уже сегодня жидкость для паровых устройств запрещена к продаже лицам, не достигшим 18 лет.

Есть и другая проблема — пристрастие к вейпингу распространяется среди подростков. Молодому поколению нужно учиться, заниматься спортом, искать цель и смысл жизни, ведь оно — это будущее страны. Но какое будущее ждет государство, если каждый пятый в возрасте 15-16 лет начинает курить и употреблять алкоголь, и что еще хуже наркотики. Сейчас к этому списку можно добавить и это современное увлечение.

На многих подростков влияют модные и популярные движения. Только такие движения не всегда действуют положительно, как, например, занятие физической культурой, правильное питание или чтение книг, что в последнее время становится все популярнее среди парней и девушек.

Страсть в вейпу только для того, чтобы стать «своим» среди компании это, естественно, плохо. Если человек до этого не курил совсем и начал сейчас, то это неправильно. Еще немного и вейпинг может потерять свою «власть» над молодежью, как многие вещи переживают пик популярности и затем становится никому не нужными и ничем не примечательными.

Другой вопрос, если человек долгое время курил и решил наконец-то бросить эту вредную привычку. Переход на электронные сигареты вполне может помочь ему в этом.

II. ПОСТАНОВКА ЗАДАЧИ

Возникает вопрос: «Можно ли действительно бросить курить, используя электронные сигареты?» Да. Электронные сигареты имеют дополнительное преимущество по сравнению с традиционными никотино-заменителями, в том, что они являются подобием обычных сигарет без дыма, смол и других вредных веществ. Можно выбрать жидкость для электронных сигарет без никотина, или начать с жидкости, содержащей определенное количество никотина и постепенно снижать его плотность.

Британская медицинская ассоциация призывает специалистов здравоохранения рекомендовать обычные никотино-заменительные терапии. Пациенты, которые не хотят использовать или продолжать эти методы, могут использовать электронные сигареты в качестве менее рискованного варианта по сравнению с курением табака.

III. ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Термин «вейпинг» происходит от английского слова *vape*, что означает «вдыхать и выдыхать пар», который производится электронной сигаретой или паровым устройством. Это не то же самое, что курение, так как концентраты нагреваются, а не сгорают, вырабатывается водяной пар, а не сигаретный дым и пепел.

В жидкость для электронных сигарет входит 1-6 ингредиентов. Там нет никаких других добавок или скрытых ингредиентов. Ингредиенты могут быть разделены на четыре элемента:

1. 80% - 90% растительный глицерин. Он используется для аромата (и никотина, если его добавляют), и часто смешивается с пропиленгликолем и /или полиэтиленгликолем. Чем выше доля пропиленгликоля в смеси, тем гуще будет пар.

2. 10% - 20% ароматизатор. В основном используются пищевые ароматизаторы, те же ароматизаторы, которые используются при производстве конфет или эфирных масел.

3. 0% - 2.4% Никотин, в зависимости от крепости.

4. Дистиллированная вода. Иногда используется для разбавления.

Растительный глицерин

Также известный как глицерол или глицерин, это соединение сахарного спирта без цвета и запаха. Несмотря на то, что он имеет сладкий вкус, он не содержит бактерии, которые могут вызвать зубной налет и привести к разрушению зубов. Пищевой глицерин обычно считается нетоксичным, и может быть найден во многих продуктах питания, включая напитки, фармацевтические препараты и предметы личной гигиены.

Пропиленгликоль

Гликоль в целом не вызывает коррозии и имеют очень низкую токсичность. Это прозрачное органическое соединение, которое представляет собой бесцветное вещество, почти не имеет запаха и вкуса. Пропиленгликоль считается безопасным комиссией по контролю над продуктами и лекарствами США. Пропиленгликоль иногда сушит горло, и даже приводит к аллергическим реакциям. Если вы испытываете эти симптомы, то рекомендуется перейти на жидкость с 100%-м составом из растительного глицерина.

Полиэтиленгликоль

Это полиэфирное соединени, которое имеет низкую токсичность. Он используется в коммерческих целях в пищевой промышленности, косметической промышленности, фармацевтической промышленности и биомедицине.

Никотин

Конечно, это довольно опасный элемент жидкости для электронных сигарет. Никотин является сильнодействующим алкалоидом. В табак входит около 0.6% — 3.0% никотина. Когда он извлекается, то представляет собой желтоватую маслянистую жидкость. В меньших дозах никотин является стимулятором, но чем его больше, тем он вреднее. Скорее всего, у человека не может быть передозировки никотином через курение или вейпинг, если использовать что-то одно. Передозировка может быть, если комбинировать использования никотиновых пластырей и никотиновой жевательной резинки, при этом еще курить сигареты.

Если пролить никотин высокой концентрации на кожу это может вызвать интоксикацию или даже смерть, так как никотин легко впитывается в кровь.

Никотин является уникальным, так как его эффект изменяется от стимулятора до седативного/обезболивающего в зависимости от дозировки и продолжительности использования. В первом случае, путем высвобождения глюкозы из печени и адреналина из мозга, он вызывает возбуждение. Курильщики говорят о чувстве релаксации, они испытывают спокойствие и настороженность. Некоторые курильщики могут потерять в весе, так как действие никотина уменьшает аппетит и повышает обмен веществ. При более высоких дозах, никотин усиливает действие серотонина и опиатной активности в центральной нервной системе, производя успокаивающий и обезболивающий эффект.

Опасность электронных сигарет таится не столько в самой жидкости, сколько в травмах, которые связаны с взрывом электронных сигарет и

паровых устройств. Взрыв происходит из-за литиево-ионного аккумулятора. Ожоги остаются на лице, руках, в области бёдер и паха.

Был проведен опрос: «Как вы относитесь к вейпингу?». В итоге большинство опрошенных, а именно 54%, относятся к данному явлению нейтрально. Они считают, что это личное дело каждого и на окружающих людей это никак не влияет. 27% считают, что «парить» полезнее, чем курить обычные сигареты. Практически все, кто ответил, что вейп - это хорошо и полезно, сами перешли с обычных сигарет на электронные. Они считают это отличной заменой и даже не задумываются о том, что это может быть так же опасно. Всего 19% опрошенных были против вейпинга. В основном отрицательно отзываются представители старшего поколения. «Этот пар теперь везде. Молодежь считает, чем его больше, тем круче. Ходим как ёжики в тумане. Пора наказывать это дело, так же как и курение в общественных местах» - сказал один из опрошенных.

IV. ВЫВОДЫ И ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вейпинг, без сомнений, является вредной привычкой, и, конечно, требует отказа от нее. Отказ от курения, как обычных сигарет, так и электронных, является сложным и требует множество усилий. Нужно занять себя чем-то другим, хорошим увлечение может стать спорт. Полностью посвятить себя физическим тренировкам значит быть не только в прекрасной физической форме, но и в хорошем моральном состоянии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. The Challenger [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://the-challenger.ru/sos/vejping-eto-vredno-ili-net/>
2. Vapim [Электронный ресурс] . – Режим доступа: <http://www.vapim.com.ua>