

Elektronske cigarete vsebujejo zdravju škodljive snovi

Elektronska cigareta uporabniku omogoča vdihavanje nikotina, arom in drugih snovi. S segrevanjem tekočine, ki je v elektronski cigareti, nastaja aerosol (viden kot fina meglica), ki ga uporabnik vdihuje. Elektronska cigareta je novejši izdelek, ki je na trgu manj kot 10 let. Na svetu obstaja skoraj 470 različnih blagovnih znamk elektronskih cigaret, ki so zasnovane in izdelane na različne načine, kar vpliva na njihove značilnosti, varnost in potencialno strupenost. Zato ni možno podajati splošnih ugotovitev glede vsebnosti, kakovosti in drugih značilnosti, ki bi veljale za vse elektronske cigarete.

Elektronske cigarete vsebujejo zdravju škodljive snovi, varnost njihove dolgoročne uporabe ni znana, zato ne moremo trditi, da so varne za zdravje.

- Ena od glavnih sestavin tekočine in aerosola elektronskih cigaret je nikotin. Ta lahko uporabnika zasvoji in ima škodljive učinke na zdravje. Med nosečnostjo lahko privede do prezgodnjega poroda in mrtvorojenosti ter je verjetno glavni posrednik škodljivih učinkov na razvoj pljuč pri še nerojenem otroku. Ima škodljive učinke na razvoj možganov pri še nerojenem otroku in mladostniku ter lahko privede do trajnih škodljivih vplivov na kognitivne (miselne) sposobnosti. Zaužitje večje količine nikotina naenkrat je lahko vzrok zastrupitve in tudi smrti.
- Med glavnimi sestavinami tekočine in aerosola še vlažilci in različne arome, učinki dolgotrajnega vdihavanja vlažilcev ali arom pa na zdravje niso znani. Znano pa je, da vlažilca, ki ju vsebujejo elektronske cigarete, pri kratkotrajni uporabi lahko dražita oči in dihala, predvsem pri občutljivih posameznikih ali tistih z boleznimi dihal.
- V tekočini in aerosolu elektronskih cigaret so našli tudi rakotvorne, dražilne in strupene snovi, njihova vsebnost je v različnih elektronskih cigaretah različna. V primerjavi s tobačnim dimom je koncentracija teh snovi v aerosolu elektronskih cigaret večinoma nižja.
- Aerosol elektronskih cigaret tako kot tobačni dim vsebuje tudi različne delce, ki prav tako škodujejo zdravju. Aerosol elektronskih cigaret vsebuje podobno število in velikost delcev kot tobačni dim.

Uporaba elektronskih cigaret se odsvetuje predvsem otrokom in mladostnikom, nosečnicam in ženskam, ki načrtujejo naraščaj, bolnikom s kroničnimi obolenji (predvsem dihal) in nekadilcem.

Nikotin je škodljiv za otroke in mladostnike ne glede na to od kod izvira, iz cigarete, vodne pipe ali elektronske cigarete. Adolescenca (najstništvo) je kritično obdobje za razvoj možganov. Izpostavljenost nikotinu lahko v tem obdobju povzroči trajno škodo v procesu razvoja možganov, privede do zasvojenosti in vodi do trajne uporabe tobačnih izdelkov.

Elektronske cigarete so kot potrošniški izdelek trenutno na voljo vsakomur, tudi mladoletnim, kar je še posebej zaskrbljujoče. Vse več raziskav iz držav, kjer je uporaba elektronskih cigaret med mladostniki in mladimi obsežna, kaže, da je pri mlademu človeku, ki sicer najverjetneje ne bi nikoli kadil, uporaba elektronske cigarete poveča verjetnost, da bo kasneje kadil tobačne izdelke. To se z večjo razširjenostjo uporabe elektronskih cigaret lahko v prihodnje zgodi tudi tam, kjer trenutno sicer še ne beležimo razmaha uporabe elektronskih cigaret. Za zdravje prebivalcev je zelo pomembno, da preprečimo zasvojenost novih generacij z nikotinom in prehod na kasnejše kajenje.

Aerosol elektronskih cigaret ni le navadna para, v njem so škodljive snovi in delci, ki jih v zaprtih prostorih vdihavajo tudi osebe v bližini uporabnika elektronske cigarete. O tem, kako izpostavljenost aerosolu elektronskih cigaret vpliva na zdravje oseb v okolici, je za zdaj na voljo še malo podatkov, vendar pa ne moremo trditi, da aerosol ni škodljiv zdravju izpostavljenih oseb.

Pogosto se elektronske cigarete štejejo za izdelke za pomoč pri opuščanju kajenja ali se kot taki izdelki oglašujejo, vendar pa na podlagi obstoječih podatkov tudi ni možno zaključiti, da so elektronske cigarete učinkovita pomoč pri opuščanju kajenja. Da pa bi lahko te izdelke priporočali kot pripomočke za opuščanje kajenja (tako kot nikotinsko nadomestno zdravljenje in zdravila za opuščanje kajenja), bi jih bilo treba primerno testirati in bi morali biti ustrezno regulirani, da bi zagotovili učinkovitost in varnost uporabe. Priporočamo, da kadilci, ki želijo opustiti kajenje, pri tem uporabljajo preizkušeno in dokazano varne ter učinkovite izdelke, ki so na voljo v lekarnah ali jih predpiše zdravnik na recept.