

## Чем вредны электронные сигареты для здоровья человека

Электронная сигарета — это устройство для испарения курительных жидкостей, при нагревании которых образуется пар. Процесс курения называется вейпинг, от английского *vaping* — «парение».



В состав традиционного наполнителя нагревающегося "ингалятора" входит:



- до 62% пропиленгликоля (бесцветная жидкость с вязкой консистенцией - PG);
- до 35% глицерина (трехатомный спирт со сладковатым привкусом - VG);
- до 3,6% никотина (токсичный алкалоид);
- до 4% ароматизаторов.

Недавние исследования показали, что курение электронных сигарет приносит столько же вреда, как и курение табака. Хотя в жидкостях для курения, из которых образуется пар, напоминающий дым, не содержится аммиак, бензол, мышьяк, цианид, оксид углерода, в них точно так же есть никотин — нейротоксический яд, который вызывает головные боли у подростков. Он разрушает нервную систему человека. Кроме никотина, в электронных сигаретах есть пропиленгликоль, который вызывает аллергию, раздражение глаз и может блокировать дыхание зависимого. Пары, выделяемые при курении электронной сигареты, содержат токсичные и канцерогенные соединения, такие как формальдегид, ацетальдегид, акролеин и ацетон. По сравнению с сигаретным дымом пар электронной сигареты состоит из более мелких частиц, а значит, глубже проникает в дыхательные пути, где и оказывает свое разрушительное действие.

Однако и это еще не все. Недавнее исследование показало, что электронные сигареты иногда взрываются. Дело в том, что литий-ионные аккумуляторы,

энергия которых необходима для работы устройства, быстро перегреваются. Значительное повышение температуры становится причиной короткого замыкания, в результате чего электронная сигарета буквально взрывается в руках курильщика.

Любой способ курения табака опасен для здоровья. Даже, несмотря на то, что некоторые табачные продукты менее вредны по сравнению с другими, абсолютно все табачные изделия содержат никотин, который вызывает у курильщика зависимость. Не следует думать, что можно курить без вреда для здоровья.