



Смачна шкода, або Що не так з електронними сигаретами?

З початком війни в Україні започаткувався новий тренд, який дуже різко набрав оборотів і накрив собою навіть тих, хто раніше не палив. Можливо до війни електронні сигарети і були популярними, але саме останнім часом це стало якимось всеохопним мейнстримом. Та чи безпечніші такі девайси за тютюнові аналоги?

Першочергова мета електронних сигарет – допомога тим, хто хоче зав'язати з палінням цигарок. Але сталося не так як гадалося, і на них підсіли навіть ті, хто раніше ніколи не палив. Виною всьому – найширше розмаїття смаків та ароматів.

Оскільки електронні сигарети – явище доволі нове, у світі існує не так багато досліджень, які могли б підтвердити їхню безпечність. Втім, небезпеки вже почали проявлятися. І ось лише деякі з них.

Проблеми зі шлунком

У зв'язку із частим палінням електронних сигарет, більшість споживачів почала спостерігати проблеми зі шлунком. Лікарі пов'язують це напряму із палінням електронних сигарет, що призводить до симптомів, схожих на печію. Коли солодка пара електронної сигарети зі смаком потрапляє до порожнини рота, організм через смакові якості сприймає це як їжу і починає виділяти речовини, які сприяють травленню, хоч і немає що перетравлювати. Через це різко підвищується кислотність шлунку, а шлунковий сік починає подразнювати стінки кишківника. Здоровий організм із цим впорається, хоча не виключено, що не без наслідків, а ось при виразковій хворобі чи гастриті електронна сигарета протипоказана. Дослідження, проведене в Каліфорнійському Університеті Сан-Дієго (США), показало, що електронні сигарети можуть порушувати кишковий бар'єр та майже гарантовано призводять до хронічного запалення у шлунку, яке потім доведеться лікувати довго і важко (включаючи дотримання жорстких дієт і обов'язкове припинення паління сигарет в принципі).

Економічне розчарування

Через велику кількість підробок на ринку деякі користувачі електронних сигарет відчувають гіркоту розчарування, адже куплений пристрій, в якому обіцяли 1500 тьг, перестає працювати вже на другий день. Також важливо врахувати, що ціна на такі гаджети геть не низька. А от залежність від них велика.

Вплив на судини

Ті, хто лише починає вникати в світ електронних сигарет, могли звернути увагу, що після перших декількох затяжок настає ефект розслаблення. Щось схоже курці звичайних цигарок відчувають також. Але цей ефект з часом проходить, особливо, якщо ти палиш часто. Всім прекрасно відомо про негативний вплив цигарок на організм. З натуральним нікотиним все ясно. А от потенціал штучного (сольового) нікотину, який входить до електронних сигарет ще на стадії дослідження, і можливо з часом нас чекає ряд неприємних відкриттів. Але точно сказати можна одне: електронні цигарки гарантовано впливають на судини і часто стають причиною головного болю.

Труднощі з тим, щоб вчасно зупинитись

Існує велика загроза відтермінованого у часі запобіжника, який би сигналізував про те, що треба зробити перерву у палінні. Цим запобіжником найчастіше стає симптом печії. Але ти ж розумієш, що до такого стану краще не доводити, бо на лікування потім доведеться розоритися, а з палінням електронки однаково незворотно треба буде зав'язати.

З позитивних аспектів є те, що ці девайси можуть стати в пригоді хлопцям на передовій, адже з них потім роблять зарядні пристрої. Тож якщо в тебе набиралося декілька таких неробочих пристроїв, ти можеш віднести їх у найближчий магазин Розетка чи знайти в інтернеті пункт прийому використаних електронних сигарет неподалік.