

E-papierosy



E-papierosy fachowo nazywane elektronicznymi inhalatorami nikotyny (EIN), to napełniane bateriami urządzenia, które wyglądem często przypominają tradycyjne papierosy, ale mogą przypominać także np.: fajkę, cygaro czy nawet inne przedmioty codziennego użytku (np.: pamięć USB, długopis). Pozwalają na pochłanianie nikotyny w postaci pary. Korzystanie z e-papierosów jest często nazywane „wapowaniem” lub „JUULINGIEM”.

Jak działają?

E-papieros działa na zasadzie podgrzewania płynu (e-liquid) przez element grzewczy do temperatury około 200-300°C, tworząc aerozol, który jest wdychany przez użytkownika. Zwykle zawiera on nikotynę, aromaty i inne substancje chemiczne.



UWAGA!

Urządzenia do palenia e-papierosów mogą być używane do dostarczania substancji psychoaktywnych.

Skutki zdrowotne wynikające z używania e-papierosów:



- Podrażnienie górnych i dolnych dróg oddechowych.
- Zapalenie oskrzeli, kaszel, zmiany rozedmowe w płucach.
- Zmniejszenie wydajności układu odpornościowego.
- Zwiększone ryzyko wystąpienia zapalenia płuc.
- Zmiany behawioralne – zaburzenia/upośledzenie pamięci.
- Skurcze mięśni i drżenie mięśni.
- Podrażnienie oczu.
- Kontaktowe zapalenie skóry i oparzenia.
- Nudności i wymioty.
- Podrażnienie błony śluzowej gardła i jamy ustnej.

Skutki zdrowotne wynikające z palenia papierosów tradycyjnych:



- Udar mózgu, zawał serca, nowotwór płuc, wrzody żołądka.
- Opóźnione gojenie ran oraz zaostrzenie stanu wielu schorzeń skóry (np. trądziku oraz łuszczycy).
- Zmarszczki, przebarwienia i pokrycia kamieniem zębów.
- Wystąpienie nieświeżego oddechu i żółcenia palców.

Bierne palenie, czyli wdychanie dymu wydychanego przez palaczy, zwiększa u osób niepalących ryzyko wystąpienia raka płuc i chorób serca. Dotyczy to również kobiet w czasie ciąży. Wdychanie dymu tytoniowego z papierosa może przyczynić się do rozwoju u dziecka wad wrodzonych, niższej masy urodzeniowej oraz wyższego ryzyka porodu przedwczesnego czy nagłej śmierci łóżeczkowej.



UWAGA!

Należy pamiętać, że wszystkie wyroby tytoniowe są szkodliwe dla zdrowia człowieka!

JEŚLI RZUCISZ PALENIE, TO...

- **W ciągu 24 godzin** – ryzyko ostrego zapalenia mięśnia sercowego znacznie się zmniejszy.
- **W ciągu 28 godzin** – zmysły smaku i węchu zaczną działać normalnie.
- **Od 2 tygodni do 3 miesięcy** – układ krążenia ulegnie wzmocnieniu, polepszy się kondycja fizyczna.
- **Od 1 do 9 miesięcy** – wydolność układu oddechowego poprawi się, wzrośnie wydolność płuc, ustąpią kaszel, duszności, zmęczenie.
- **Po 1 roku** – ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwinną mięśnia sercowego zmniejszy się o połowę.
- **Po 5 latach** – ryzyko zachorowania na raka płuca, raka jamy ustnej, krtani, przetyku zmniejszy się o połowę, obniży się ryzyko wystąpienia udaru mózgu.
- **Po 10 latach** – ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwinną serca będzie podobne jak u osoby nigdy nie palącej.
- **Po 15 latach** – ryzyko zachorowania na raka płuca będzie podobne jak u osoby nigdy nie palącej.



Powiatowa Stacja
Sanitarno-Epidemiologiczna
w Gdańsku



Urząd Miejski w Gdańsku

GDAŃSK