

Вредно ли курить электронную сигарету?

Прошло немало лет, чтобы человечество осознало, какой колоссальный вред наносит [НИКОТИН](#), и сколько можно было избежать проблем со здоровьем, не будь курение так широко распространено. Сейчас создаются существенные препятствия на пути реализации этой вредной привычки. Курящий человек начинает понимать, что это крайне невыгодно и материально, и социально.



Какой вред приносит курение?

- Неприятный запах от одежды и изо рта;
- Желтые зубы, изменение pH слюны и кариес;
- Увеличение частоты заболеваний ОРВИ из-за повреждения слизистой дыхательных путей;
- Гастрит, язвенная болезнь желудка;
- Частые бронхиты и развитие ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь легких);
- Нарушение газообмена в легких и, как следствие, недостаточное поступление кислорода к тканям. Последнее ведет к сбою работы и преждевременному старению клеток и всего организма в целом.
- Онкологические заболевания различной локализации (злокачественная опухоль из-за этой зависимости может появиться в любом органе).

Это часть того вреда, который наносит себе человек, выкуривая очередную пачку.

Чтобы обрести свободу нужно выбрать метод, который поможет избавиться от оков зависимости. Естественно, хочется сделать это без мучений.

В настоящее время стали предлагать электронный аналог, как лучший способ бросить курить. Но так ли это? Можно ли курить электронную сигарету без вреда для своего организма?



Вредно ли курить электронную сигарету?

Если ответить на вопрос одним словом, то вряд ли это поможет кому-то определиться с выбором метода избавления от пагубной привычки.

Стоит тщательно разобраться в строении и устройстве электронного заменителя:

- Корпус - напоминает традиционную сигарету;

- Батарея - в зависимости от производителя они могут быть разными;
- Атомайзер - парогенератор, именно здесь жидкость становится паром, который вдыхает человек;
- Непосредственно состав веществ, которым заряжают «спасителей».

Казалось бы всё просто и безобидно. Полное отсутствие продуктов горения и смол, разве это не достоинство?

Но на самом деле электронные сигареты опасны, хотя бы, потому что их производители вводят в заблуждение людей.

Ключевым компонентом раствора для зарядки атомайзера является тот же самый никотин, который является главной причиной зависимости.

Что же получается? Человек просто меняет способ поступления этого вещества в организм, но меняет ли это что-то? Вредно ли курить электронную сигарету или она является спасением?

Вред электронных сигарет

Самый главный вред электронных сигарет заключается в том, что сохраняется использование вещества, которое и вызывает зависимость. Выбрав этот вариант курения, человек по-прежнему получает необходимую ему дозу никотина. Тогда как же этот метод поможет избавиться от зависимости? Никак! Более того у данного вида сигарет есть еще масса недостатков.

- Обманутые надежды. Заменяв обычную сигарету электронным аналогом, человек едва ли продвинется в своем стремлении освободиться от зависимости. И когда не будет возможности перезарядить атомайзер прибегнет к покупке пачки обычных.
- Материальный ущерб. Естественно, ложная свобода недешевое средство, стоимость этого «действенного» метода гораздо выше, чем любая другая табачная продукция. И сама электронная сигарета, и то, чем её заправляют, имеют непривлекательную цену.
- Вред здоровью. Никотин – это вещество, которое имеет широкий спектр действия и в микродозах даже используется в медицине (в виде никотиновой кислоты), но курительщик получает гораздо больше и регулярно. Из-за этого в организме перестает вырабатываться «свой никотин», что приводит к постоянной потребности поступления этого соединения извне.

Большое количество никотина губительно влияет на нервную систему, так как занимает большое количество рецепторов, парализуя самостоятельную деятельность нервных волокон.

Кроме никотина в состав жидкости для парогенератора электронных сигарет входят ароматизаторы и усилители вкуса, которые также не являются полезными добавками.

- И наконец-то путь поступления. В электронной сигарете вся адская смесь поступает не с дымом, а с паром. Нет смолы, нет угарного газа и других продуктов горения, но благодаря парообразной форме все вещества проникают быстрее и лучше. Таким образом, электронный гаджет курительщика только способствует его дальнейшему отравлению и поддержанию никотиновой зависимости.

Электронные сигареты опасны



Нет лучшего способа бросить курить, в любом случае придется испытать муки отказа от вредной привычки до тех пор, пока не восстановится выработка своих стимулирующих веществ, подобных никотину. Не стоит заменять один способ поступления этого вредного вещества на другой, главным помощником в борьбе с зависимостью является сильнейшая мотивация и стремление к здоровому образу жизни.