

Elektronické cigarety a zahříváný tabák

Jak "zdravé" jsou ty "zdravější" cigarety?



Většinou "zdravější" zaměňujeme se slovem **obsahující méně akutně škodlivých látek.**

E-cigareta je patentovaná od roku 2006, **dlouhodobý vliv není dostatečně prozkoumán.**

Můžeme se tedy bavit o **akutní menší škodlivosti**, nikdy však o zdravější verzi čehokoli.

Z e-cigarety vychází **aerosol** - směs malých pevných nebo kapalných částic ve vzduchu.

Tento aerosol obsahuje například: **glycerol**, propylenglykol, trimethylpyrazin, formaldehyd, **těžké kovy...**
Rozhodně neobsahuje nic zdravého.

U kouření zahříváného tabáku dochází ke **spalování bez otevřeného hoření.**

I v tomto případě tedy produkuje **aerosol.**

Narozdíl od klasických cigaret se při jejich kouření **neuvolňuje dehet.** Obsahují ale zároveň zhruba **50 škodlivých látek ve větším množství než klasické cigarety.**



Očekávaný účinek nikotinu

Mírné zlepšení nálady
Krátkodobé zlepšení koncentrace

Neočekávaný účinek nikotinu

rozvoj **silné závislosti**,
riziko otravy z **předávkování**,
onemocnění ústní dutiny jako leukoplakie aj.,
dochází ke **zhoršení pozornosti a učení**,
dlouhodobé užívání způsobuje **poruchy nálad a zvýšenou impulzivitu**,
atd.

Bezplatné konzultace:

Mgr. Markéta Novotná

T : 770 110 884

E : novotna@podaneruce.cz