



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Часто задаваемые вопросы об электронных устройствах для курения

В этом материале содержатся ответы на часто задаваемые вопросы об электронных устройствах для курения, в том числе электронных сигаретах.

Что такое электронные устройства для курения?

Электронные сигареты, электронные испарители, вейп, электронные устройства Juul, электронные кальяны, электронные трубки — все это электронные устройства для курения. Электронные устройства для курения — это аккумуляторные устройства, которые могут выглядеть и давать такие же ощущения, как и обычные сигареты. Вместо табака, как в обычных сигаретах, в электронных устройствах для курения используются картриджи с жидкостью, содержащей никотин, ароматизаторы и другие химические вещества. Аккумулятор нагревает жидкость, превращая ее в пар или водяную пыль, которую вы вдыхаете. Использование электронных устройств для курения также называют вейпингом, вейперизмом, джулингом или электронным курением.

Все ли электронные устройства для курения безопасны?

Долговременные риски для здоровья, связанные с использованием электронных устройств для курения, до сих пор не известны.

Управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных средств США (Food & Drug Administration, FDA) и другие ведущие организации здравоохранения считают, что необходимо проводить больше исследований по изучению безопасности электронных устройств для курения.

Хотя электронные устройства для курения не наполняют ваши легкие вредным дымом, как при курении сигарет, они все же содержат никотин и другие химические вещества. Пары в электронных сигаретах состоят не только из воды, но также содержат химические вещества, способные вызывать у некоторых людей проблемы с дыханием.

В 2016 году FDA начало устанавливать правила производства, продажи и маркетинга всех табачных изделий, включая электронные устройства для курения. Лица моложе 18 лет не могут покупать любые виды табачных изделий. На всех табачных изделиях напечатаны предупреждения о вреде для здоровья.

Использование Juul безопаснее вейпинга?

Использование Juul не безопаснее вейпинга. Хотя в устройствах Juul используются картриджи, заполненные жидкостью с различными ароматами, в этих картриджах все же содержится никотин. Никотин в устройствах Juul лучше всасывается в кровь, поэтому пара из них меньше и его легче вдыхать. Из-за этого вы скорее всего вдохнете больше никотина в течение более длительного периода времени.

Количество никотина в 1 картридже Juul такое же, как в пачке сигарет. Кроме того, в картриджах Juul больше бензойной кислоты, чем в других электронных устройствах для курения. Бензойная кислота вызывает кашель, боль в горле, боль в животе, тошноту (ощущение подступающей рвоты) и рвоту. Использование Juul не безопаснее, чем других электронных устройств для курения, а иногда и более опасно.

Безопасно ли использовать

электронные сигареты с ацетатом витамина Е?

Хотя витамин Е является компонентом многих продуктов питания и средств для ухода за кожей, исследования показывают, что вдыхание ацетата витамина Е может вызывать проблемы с дыханием. Не добавляйте никакие вещества, в том числе ацетат витамина Е, в электронные устройства для курения, даже если вы приобрели их в надежном магазине.

Помогают ли электронные устройства для курения бросить курить?

Мы не знаем, помогают ли электронные устройства для курения бросить курить или только делают это сложнее. Эти системы не одобрены FDA в качестве метода, помогающего бросить курить. Мы рекомендуем использовать безопасные и проверенные методы, например, никотиновые пластыри, жевательные резинки или леденцы.

Хотя все еще необходимы исследования, некоторые люди используют электронные устройства для курения, чтобы:

- сократить количество вредных химических веществ, содержащихся в обычном сигаретном дыме;
- справиться с симптомами никотиновой зависимости;
- меньше курить или вовсе отказаться от этой привычки;
- не начать курить снова (не вернуться к этой привычке).

Хотя некоторые люди при использовании электронных устройств для курения могут выкуривать меньшее количество обычных сигарет, возможно, что они с меньшей вероятностью бросят курить окончательно.

Как мне отказаться от курения?

Есть множество ресурсов, которые помогут вам бросить курить, включая лекарства и консультирование. В центре MSK есть специалисты, которые могут помочь вам бросить курить. Программа открыта для всех. В программе лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program, ТТР) используются различные методы отказа от курения, в том числе индивидуальные и групповые консультации. Эксперты по лечению табакозависимости также могут выписать вам безопасные и эффективные лекарства, которые помогут противостоять желанию курить.

Для получения дополнительной информации о нашей программе лечения табакозависимости позвоните по номеру 212-610-0507 или перейдите по ссылке www.msk.org/tobacco

Вы также можете посмотреть этот видеоролик:



Пожалуйста, посетите www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/video/quitting-smoking-msk-tobacco-treatment чтобы посмотреть это видео.

Для получения дополнительной информации об отказе от курения ознакомьтесь с материалом *Рекомендации по лечению табакозависимости для пациентов и членов их семьи* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/tobacco-treatment-guide).

Можно ли использовать электронные устройства для курения в больнице?

Нет. Использование электронных устройств для курения запрещено во всех отделениях MSK.

Дополнительные ресурсы

Бесплатная горячая линия Национального института рака (National Cancer Institute, NCI) для желающих бросить курить 877-448-7848

www.smokefree.gov

Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society, ACS)

800-227-2345

www.cancer.org/cancer/cancer-causes/tobacco-and-cancer

Управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных средств США (Food & Drug Administration, FDA)

www.fda.gov/tobacco-products/products-ingredients-components/vaporizers-e-cigarettes-and-other-electronic-nicotine-delivery-systems-electronic-smoking-devices

OnCancer: новости и аналитические данные из центра Memorial Sloan Kettering (MSK)

www.msk.org/blog/are-electronic-cigarettes-safer-use-conventional-cigarettes

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Frequently Asked Questions About Electronic Smoking Devices - Last updated on October 6, 2022

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center