[Электронная сигарета - вред](http://sigaretastop.ru/elektronnaya-sigareta-vred.html).

Большое количество людей, курящих долгое время, мечтают избавиться от этой пагубной привычки.

Причин этому предостаточно: у кого-то начались проблемы со здоровьем, кто-то считает, что тратит на сигареты слишком много денег, а кто-то беспокоится о здоровье своих близких.

Каждый второй курильщик хотя бы раз обещал себе бросить курить и пробовал это делать, однако мало кто обладает такой силой воли и твердостью характера, чтобы сдержать данное обещание.

И какие только методы и средства не используют люди, чтобы освободиться от табачной зависимости! Многочисленные книги, тренинги, антиникотиновые жвачки и пластыри, видео-инструкции, консультации и лечение у специалистов – наркологов и многое другое. Но одним из популярных современных способов бросить курить являются электронные сигареты.

Это революционная разработка, которая, как обещают производители, может эффективно помочь многим людям бросить курить.

Это принципиально новое устройство, разработанное китайскими учеными как альтернатива курения табака. Электронные сигареты активно рекламируются, как замена сигаретам из табака. Она очень похожа на обычную, да и процесс ее курения напоминает курение обыкновенной сигареты. Однако уже некоторое время ведутся споры о том, действительно ли электронная сигареты намного безопаснее обычной. И действительно ли она помогает бросить курить. В настоящее время исследования ученых все больше и больше направлены на то, чтобы доказать, что электронные сигареты приносят здоровью вред не меньший, чем обычные.

**Электронная сигарета вред** или польза? Так чем же опасны электронные сигареты? И опасны ли они вообще? Вредны ли электронные сигареты? На эти и другие вопросы мы постараемся ответить в этой статье – **электронная сигарета вред**.

По своей сути электронная сигарета – это ингалятор. Дым, который выпаривается из жидкости, заправленной в электронную сигарету, образуется с помощью энергии аккумулятора, попадает в легкие при вдохе, имитируя обычный процесс курения.

В той самой жидкости содержится такой же никотин, как и в обычном табаке. И, хотя крепость электронной сигареты можно выбрать самому, некоторое количество вредного вещества все равно будет попадать в Ваш организм.

Корме никотина в электронных сигаретах содержаться опасные для здоровья токсины. В ходе исследований девятнадцати видов электронных сигарет, проведенных департаментом США по контролю за пищевыми продуктами и лекарственными препаратами, было выявлено, что помимо вредного никотина жидкость для электронных сигарет содержит в себе: диэтиленгликоль, который, кстати говоря, применяется в промышленном производстве антифриза и совершенно непригоден для приема, внутрь, и нитросамин – одно из самых канцерогенных веществ, приводящих к возникновению раковых заболеваний. Также, согласно описанию изделия производителями, существуют безникотиновые наполнители, однако и в них в результате анализа была обнаружена доля никотина.

Помимо содержания множества опасных веществ, проведенные исследования показали, что электронные сигареты вызывают опасное привыкание не меньшее, чем табакосодержащие. Есть опасность хронического привыкания к электронным сигаретам, которые вызывают зависимость еще большую, чем обычные.

Всемирная организация здравоохранения настаивает на отказе от использования электронных сигарет (одноразовые электронные сигареты), как средства усиления отказа от курения.

Каждый год от курения умирает около тридцати тысяч россиян. Отказ от курения в такой ситуации – единственное, что может спасти положение. Однако, не все способы в этой борьбе хороши. Запомните: учеными доказано, что электронные сигареты опасны для здоровья не меньше, чем обыкновенные. Даже лучшие электронные сигареты могут принести вред Вашему здоровью.

Старший инспектор ПДН О МВД России по Большечерниговскому району майор полиции Гизатулина Ю.А.