

RISCURILE FUMATULUI ȘI VAPING-ULUI

- Adicția: nicotina are un potențial înalt de inducere a dependenței;
- Afectarea creierului;



- Alte substanțe:
 - fumul de tutun conține peste 7.000 de substanțe chimice toxice;
 - expunerea la substanțele chimice volatile din aerosolii rezultați din vaping a fost asociată cu: iritarea ochilor, plămânilor și mucoasei esofagului.
- Un aspect adesea subestimat este expunerea pasivă la aerosolii degajați de țigările electronice, vapingul pasiv fiind la fel de dăunător ca și fumatul pasiv;
- Vapingul dublează riscul pentru tineri de a începe să fumeze, mai târziu în viață.

Ce se află într-un nor de vape?

Nitrozamine specifice tutunului
 Formaldehidă
 Cancerigeni
 Nicotină
 Benzen
 Acetaldehidă

ȘTIAI CĂ...

- Fumatul este întotdeauna periculos, chiar și atunci când nu fumezi în exces?

1 din **12** fete de liceu



fumează zilnic țigări electronice și Heats

1 din **13** băieți de liceu



fumează zilnic țigări electronice și Heats

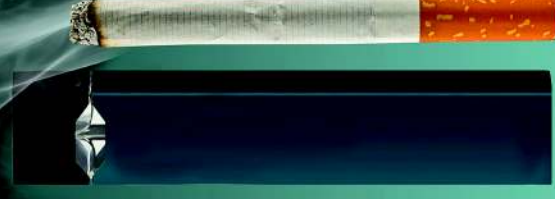
- Există evidențe că țigărele electronice nu mai pot fi considerate ca fiind produse lipsite de riscuri pentru sănătate?
- Ca rezultat al extinderii vapingului în populație, efectele asupra sănătății au devenit o problemă importantă deoarece tinerii se expun unui risc crescut cu potențiale consecințe cronice?

1. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/tobacco-e-cigarettes>
2. Health effects of electronic cigarette (e-cigarette) use on organ systems and its implications for public health. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8500897/>
3. Respiratory impact of electronic cigarettes and "low-risk" tobacco. https://clinicaland-translationalinvestigation.com/files/ric_71_1_17-27.pdf
4. Effects of electronic cigarette smoking on human health. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25487945/>
5. <https://www.europeandreview.org/wp-content/uploads/3315-3319.pdf>
6. E-cigarettes and youth: an unresolved Public Health concern. <https://ijponline.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13052-022-01286-7>
7. Virgili et al. Italian Journal of Pediatrics (2022) 48:97. E-cigarettes and youth: an unresolved Public Health concern. <https://doi.org/10.1186/s13052-022-01286-7>
8. Belkoniene M, Socquet J, Njamba-Freiburghaus D, Pellaton C. Near fatal intoxication by nicotine and propylene glycol injection: a case report of an e-liquid poisoning. BMC Pharmacol Toxicol. 2019 May 10;20(1):28. <https://doi.org/10.1186/s40360-019-0296-8> PMID: 31077262; PMCID: PMC6511216.

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

Fii inspirat!
NU te apuca de FUMAT!
 mai 2023

Produse diferite. Pericole similare



ADICȚIE
NICOTINĂ
IRITANȚI, CANCERIGENI

ADICȚIE
NICOTINĂ
IRITANȚI, CANCERIGENI

RISCURI VAPAT

Unele produse de vapat pot conține nicotină cât **80 de țigări**

Aerosolii produselor de vapat conțin substanțe **cancerigene**

Nicotina afectează **creierul, memoria, abilitatea de învățare**

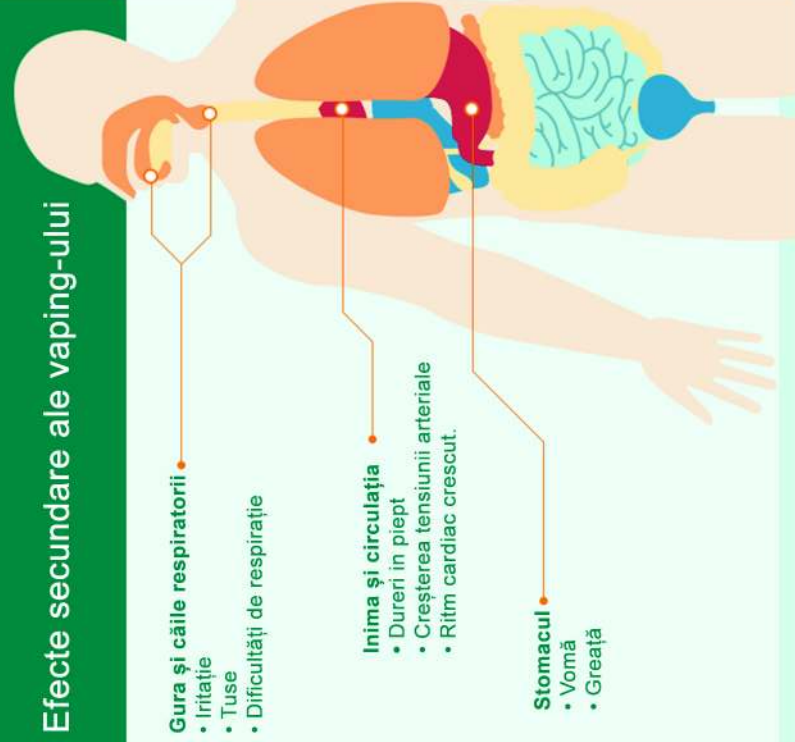
Vapingul crește **2 ori riscul de infirmitate a fumătorilor**



EFFECTELE VAPING-ULUI ASUPRA SĂNĂTĂȚII

- Cardiovasculare (risc de infarct miocardic și alte accidente vasculare);
- Gastrointestinale (reflux esofagian, afectarea ficatului);
- Risc cancerigen (pulmonar, orofaringian, laringian, esofagian etc.);
- Afecțiuni oculare;
- Efecte metabolice (Diabet zaharat);
- Probleme ale sistemului imun, inclusiv artrita reumatoidă.

Efecte secundare ale vaping-ului

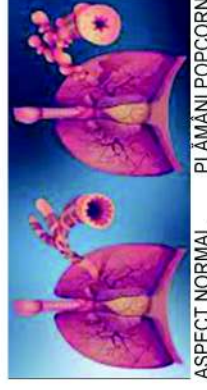


Efecte neuropsihice ale vaping-ului

- Din cauza conținutului de nicotină poate dăuna dezvoltării creierului adolescenților;
- Crește riscul de apariție a deficitelor de atenție, a tulburărilor de anxietate și de dispoziție.

Efecte vaping-ului asupra aparatului respirator

- Inflamație cronică a mucoasei bronșice;
- Deteriorarea epitelului pulmonar;
- Risc dublu de apariție a tusei cronice, expectorației sau dispneei;
- Incidență crescută de apariție a astmului, bronșitei cronice sau emfizemului pulmonar;
- Predispoziție pentru infecții respiratorii recurente;
- Risc crescut pentru apariția de boala pulmonară obstructivă cronică (BPOC);
- Folosirea țigărilor electronice, în special a celor aromatate, poate provoca un tip special de pneumonie denumit "plămâni popcorn". Cicatrizarea țesutului pulmonar este ireversibilă. Nu există nici un remediu pentru această afecțiune odată ce s-a dezvoltat și a început să îngusteze căile respiratorii.



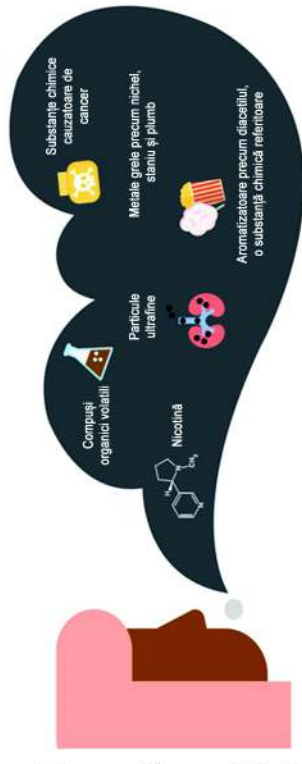
DEPENDENȚA DE NICOTINĂ

- Poate apărea la orice persoană care utilizează produse ce conțin nicotină;
- Antrenează și alte dependențe (de alcool, droguri);
- Adolescenții sunt mai susceptibili de a dezvolta dependență decât adulții.

Simptomele dependenței de nicotină

- Nu poți opri fumatul;
- Timp tot mai îndelungat alocat pentru a fuma;
- Amânarea activităților sociale, de serviciu sau chiar recreative din cauza fumatului;
- Dorința persistentă de a fuma în ciuda eforturilor de a reduce consumul și indiferent de risc pentru sănătate;
- Apariția tolerenței la nicotină - creșterea dozei pentru a obține același efect;
- Apariția simptomelor de sevraj la încetarea consumului.

Vaporii pe care îi inhalați conțin:



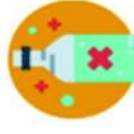
Diacetil - o substanță aromatizantă legată de o afecțiune pulmonară severă numită "plămâni popcorn".



Compuși organici volatili.



Particule ultrafine care pot fi inhalate profund în plămâni.



Substanțe chimice cancerigene.



Nicotină.

Este mult mai ușor să nu te apuci, decât să te lași de fumat!