

## Światowy Dzień Rzucania Palenia E-papierosy

**21 listopada 2019r.** przypada **Światowy Dzień Rzucania Palenia ( trzeci czwartek listopada)**. Święto stanowi okazję do zwrócenia uwagi na nowe zagrożenia dla zdrowia publicznego, tzw. elektroniczne papierosy – e-papierosy.

---

E-papierosy to inaczej elektroniczny system dostarczający nikotynę.

To urządzenia elektroniczne, które podgrzewają ciecz i wytwarzają aerozol lub mieszanekę małych cząstek w powietrzu. Mają wiele kształtów i rozmiarów. Większość z nich ma baterię, element grzewczy i miejsce na tzw. liquid. Niektóre e-papierosy wyglądają jak zwykłe papierosy, cygara lub fajki. Inne przypominają pamięć USB, długopis lub przedmioty codziennego użytku. W skład e-liquidu wchodzi: glikol propylenowy i/lub gliceryna, woda lub etanol, nikotyna (od 0 do 20 mg/ml) oraz dodatki smakowo – zapachowe. Obecnie istnieje ponad 8000 różnych rodzajów e-liquidu o owocowych bądź słodkich smakach, które mają na celu zachęcić młode osoby do sięgnięcia po e-papierosa.

W Polsce e-papierosy istnieją już od 13 lat, jednak ich prawdziwa ekspansja na naszym rynku nastąpiła w latach 2008-2009. W tym okresie powstało najwięcej firm handlujących tymi produktami, a za tym nastąpił lawinowy wzrost użytkowników papierosów elektronicznych. E-papierosy zyskały największą popularność wśród młodzieży. Polska negatywnie wyróżnia się na tle innych państw. Odsetek użytkowników elektronicznych papierosów jest bardzo wysoki, szczególnie w grupie nastolatków i młodych dorosłych.

E-papierosy miały być mniej szkodliwe niż tradycyjne papierosy, to jednak nieznanym jest ich długofalowy wpływ na zdrowie zarówno palących, jak i biernych palaczy. Główny składnik nikotyna jest substancją psychoaktywną o silnych właściwościach uzależniających. Nikotyna szkodzi osobom w okresie dojrzewania i intensywnego wzrostu, wywiera negatywny wpływ na płód. Używany do rozcieńczenia nikotyny glikol propylenowy może powodować podrażnienie dróg oddechowych, oczu oraz spojówek. E-papierosy emitują rakotwórczy benzen, substancję o silnym działaniu toksycznym, wpływającym na rozwój groźnych chorób, np. białaczki i niewydolności szpiku kostnego. Emitują związki arsenu, który przyczynia się do podrażnienia błon śluzowych, stanów zapalnych skóry, zapaleń spojówek, gardła, nieżyty nosa.