

Σημαντική έρευνα: Πώς το ηλεκτρονικό τσιγάρο καταστρέφει πνεύμονες, καρδιά και εγκέφαλο

Καρδιολόγοι προειδοποιούν για τους κινδύνους της χρήσης ηλεκτρονικού τσιγάρου, ιδιαίτερα για τους νέους ανθρώπους. Τα ηλεκτρονικά τσιγάρα προκαλούν προβλήματα, στον εγκέφαλο, την καρδιά, τα αιμοφόρα αγγεία και τους πνεύμονες, σύμφωνα με νέα έρευνα.

Η συγκεκριμένη μελέτη, που δημοσιεύτηκε σήμερα στην επιστημονική επιθεώρηση "European Heart Journal", ανέδειξε ορισμένους, μέχρι τώρα άγνωστους, μηχανισμούς με τους οποίους το ηλεκτρονικό τσιγάρο επηρεάζει την υγεία.

Ο καθηγητής Τόμας Μιούνζελ, του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου του Μάιντς στη Γερμανία, ο οποίος διεξήγαγε τη μελέτη, τόνισε ότι τα ηλεκτρονικά τσιγάρα είναι τόσο επικίνδυνα και εθιστικά, ώστε οι χώρες θα πρέπει να τα απαγορεύσουν, ακριβώς όπως έκαναν η Ινδία, η Βραζιλία, η Σιγκαπούρη, το Μεξικό και η Ταϊλάνδη.

"Χρειάζεται να επικεντρωθούμε στους νέους", δήλωσε ο ίδιος. Σύμφωνα με δεδομένα από τα αμερικανικά Κέντρα για τον Έλεγχο και την Πρόληψη Ασθενειών, πάνω από 3,6 εκατομμύρια παιδιά στις ΗΠΑ χρησιμοποιούν ηλεκτρονικά τσιγάρα, με μια αύξηση ύψους 78%, από 11,7% σε 20,8%, στα παιδιά γυμνασίου από το 2017 στο 2018. Στη Βρετανία το 1,6% των παιδιών 11 – 18 ετών

χρησιμοποιούν ηλεκτρονικό τσιγάρο πάνω από μια φορά την εβδομάδα. Το αντίστοιχο ποσοστό το 2015 ήταν 0,5%. Το άτμισμα, το οποίο αρχικά είχε ως στόχο να βοηθήσει τους καπνιστές να κόψουν αυτή τη συνήθεια, έγινε τάση μεταξύ των νέων στις ΗΠΑ, οδηγώντας σε εξάρτηση από νικοτίνη ακόμα και σε αυτούς που δεν κάπνιζαν προηγουμένως.

Ο Μιούντζελ τόνισε ότι οι κυβερνήσεις πρέπει να λάβουν προληπτικά μέτρα που θα εμποδίζουν τους νέους να έχουν πρόσβαση σε αυτά τα προϊόντα, όπως με την επιβολή υψηλής φορολογίας, τον περιορισμό της διαφήμισής τους, την εκπαίδευση για τους δυνητικούς κινδύνους και την έρευνα για τις πιθανές επιπτώσεις της χρήσης τους.

“Δεν μπορούμε να επιτρέψουμε μια ολόκληρη γενιά να γίνει εξαρτημένη από τη νικοτίνη”, δήλωσε.

Ο Μιούντζελ και οι συνεργάτες του διερεύνησαν τις επιδράσεις του ηλεκτρονικού τσιγάρου στην ροή του αίματος στη βραχιόνιο αρτηρία του μπράτσου σε 20 υγιείς καπνιστές πριν ατμίσουν ένα ηλεκτρονικό τσιγάρο και 15 λεπτά αφού το έκαναν. Επίσης εκτίμησαν πόσο σκληρή έγινε η αρτηρία. Παράλληλα, οι ερευνητές εξέθεσαν 151 ποντίκια σε ατμό ηλεκτρονικού τσιγάρου μια, τρεις ή πέντε μέρες για 20 λεπτά, έξι φορές την ημέρα.

Διαπιστώθηκε ότι αρκούσε να ατμίσει κανείς μια φορά για να αυξηθούν οι καρδιακοί του παλμοί, να γίνουν πιο άκαμπτες οι αρτηρίες του και οι εσωτερικές επενδύσεις των αρτηριών και να πάψει να λειτουργεί σωστά το ενδοθήλιο. Αυτό το τελευταίο είναι υπεύθυνο για τη διατήρηση της σωστής διαστολής και συστολής των αιμοφόρων αγγείων, προστατεύει τους ιστούς από τις τοξικές ουσίες και ρυθμίζει τη φλεγμονή και τις διαδικασίες πήξης του αίματος. Η ενδοθηλιακή δυσλειτουργία

εμπλέκεται στην ανάπτυξη καρδιαγγειακών ασθενειών.

Τα ευρήματα από τα ποντίκια έδειξαν ότι ένα ένζυμο που ονομάζεται NOX-2 ήταν υπεύθυνο για την καταστροφή των αρτηριών, συμπεριλαμβανομένων αυτών στους πνεύμονες και στον εγκέφαλο, ως αποτέλεσμα του ατμίματος. Το ένζυμο αυτό εμπλέκεται στη άμυνα του οργανισμού ενάντια στα βακτήρια και στην διαδικασία που ονομάζεται οξειδωτικό στρες – μια ανισορροπία μεταξύ των ελεύθερων ριζών και των αντιοξειδωτικών στο σώμα. Τα ποντίκια που δεν μπορούσαν να παράγουν το ένζυμο NOX-2 προστατεύονταν από τις καταστροφικές επιδράσεις του ατμίματος.

Οι μελετητές επίσης διαπίστωσαν πως ορισμένες φαρμακευτικές ουσίες, όπως το macitentan και το bepridil έχουν προστατευτική επίδραση καθώς τα ποντίκια στα οποία χορηγήθηκαν αυτές οι ουσίες δεν παρουσίασαν ενδοθηλιακή δυσλειτουργία, οξειδωτικό στρες ή φλεγμονή. Φαίνεται το χημικό endothelin 1 και μια πρωτεΐνη που ονομάζεται FOXO-3 παίζουν ρόλο στην προστασία από τις επιπτώσεις του ατμίματος.”Τα δεδομένα μας δείχνουν ότι τα ηλεκτρονικά τσιγάρα δεν συνιστούν υγιείς εναλλακτικές που μπορούν να αντικαταστήσουν τα παραδοσιακά τσιγάρα. Δεν γνωρίζουμε βέβαια ακόμη τις επιπτώσεις της μακρόχρονης χρήσης ηλεκτρονικού τσιγάρου στην υγεία. Πρόκειται πάντως για μια επιδημία που πλήττει τόσο τις ΗΠΑ όσο και την Ευρώπη, κυρίως τους νέους και μπορεί να οδηγήσει στη δημιουργία μιας ολόκληρης γενιάς ατόμων εξαρτημένων από τη νικοτίνη που κινδυνεύουν λόγω της ενίσχυσης που λαμβάνουν να αντικαταστήσουν το παραδοσιακό τσιγάρο με το ηλεκτρονικό. Πρέπει να παρθούν μέτρα για την προστασία των παιδιών μας.”, καταλήγει ο Μιούνζελ.

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ / European Society of Cardiology

Πηγή: <https://medlabgr.blogspot.com/2019/11/simantiki-ereuna-pos-to-ilektroniko-tsigaro-katastrefei-pneumones-kardia-kai-egkefalo.html#ixzz65BYF7HTk>

Ηλεκτρονικό τσιγάρο: 26 οι νεκροί, 1.299 οι ασθενείς στις ΗΠΑ

Οκτώ άνθρωποι (ανάμεσά τους ένας 17χρονος) κατέληξαν την τελευταία εβδομάδα στις ΗΠΑ από την πνευμονοπάθεια που σχετίζεται με το ηλεκτρονικό τσιγάρο.

Με αμείωτη ένταση συνεχίζεται στις ΗΠΑ η αύξηση των κρουσμάτων από τη μυστηριώδη πνευμονοπάθεια που σχετίζεται με το ηλεκτρονικό τσιγάρο. Όπως ανακοίνωσαν χθες το βράδυ τα ομοσπονδιακά Κέντρα Ελέγχου & Προλήψεως των Ασθενειών (CDC), από τα τέλη Ιουνίου έως και τις 8 Οκτωβρίου 2019 επιβεβαιώθηκαν 1.299 κρούσματα της νόσου και 26 θάνατοι από αυτήν. Οι αντίστοιχοι αριθμοί την περασμένη εβδομάδα ήταν 1.080 περιστατικά και 18 θάνατοι. Ο νεότερος ασθενής που κατέληξε την τελευταία εβδομάδα ήταν ένας 17χρονος από το Μπρονξ, στη Νέα Υόρκη. Ο νεαρός έχασε τη ζωή του στις 4 Οκτωβρίου, έχοντας νοσηλευθεί δύο φορές τον Σεπτέμβριο με συμπτώματα της πνευμονοπάθειας. [Σύμφωνα με τους New York](#)

[Times](#), είναι ο πρώτος έφηβος στις ΗΠΑ που χάνει τη ζωή του από την πνευμονοπάθεια. Μέχρι και την περασμένη εβδομάδα, το νεότερο θύμα από το ηλεκτρονικό τσιγάρο ήταν 27 ετών. Συνολικά, οι 26 θάνατοι έχουν επιβεβαιωθεί σε 21 πολιτείες. **Η μέση ηλικία των θανόντων είναι τα 49 έτη** (εύρος από 17 έως 75 ετών).

Οι ηλικίες των ασθενών

Όσον αφορά τους ασθενείς, τα 1.299 περιστατικά που σχετίζονται με το ηλεκτρονικό τσιγάρο έχουν επιβεβαιωθεί σε 49 πολιτείες, την Ουάσινγκτον και τις αμερικανικές Παρθένας Νήσους. Το 70% των ασθενών είναι άνδρες. **Το 80% των ασθενών έχουν ηλικία κάτω των 35 ετών**. Αναλυτικότερα, η ηλικιακή κατανομή τους έχει ως εξής:

- 15% είναι κάτω των 18 ετών
- 21% είναι 18-20 ετών
- 18% είναι 21-24 ετών
- 26% είναι 25-34 ετών
- 20% είναι 35 ετών και άνω

Μάλιστα υπάρχουν ασθενείς ηλικίας ακόμα και 13-14 ετών, δεδομένου ότι το ηλεκτρονικό τσιγάρο είναι ιδιαίτερα δημοφιλές στους κύκλους των εφήβων, όπου επικρατεί η άποψη ότι είναι απολύτως ασφαλές.

Ποια υγρά αναπλήρωσης χρησιμοποιούσαν

Για 573 ασθενείς τα CDC διαθέτουν πληροφορίες για τα υγρά

αναπλήρωσης που χρησιμοποίησαν στο ηλεκτρονικό τσιγάρο τους. Οι πληροφορίες αυτές αφορούν τις 90 ημέρες πριν εκδηλώσουν συμπτώματα. Σύμφωνα με αυτές:

- Το 76% ανέφεραν ότι χρησιμοποιούσαν υγρά αναπλήρωσης με THC, με ή χωρίς νικοτίνη. Η THC (τετραϋδροκανναβινόλη) είναι η κύρια ψυχοδραστική ουσία της κάνναβης.
- Το 32% ανέφεραν αποκλειστική χρήση υγρών αναπλήρωσης με THC
- Το 58% ανέφεραν ότι χρησιμοποιούσαν υγρά αναπλήρωσης με νικοτίνη, με ή χωρίς THC
- Το 13% ανέφεραν αποκλειστική χρήση υγρών αναπλήρωσης με νικοτίνη.

Με βάση τα στοιχεία που έχουν στα χέρια τους οι ειδικοί δεν έχουν ακόμα εντοπίσει κάποιο συγκεκριμένο προϊόν που να προκαλεί την πνευμονοπάθεια. Ωστόσο υποδεικνύουν ως ιδιαίτερος επικίνδυνα τα υγρά αναπλήρωσης με THC. Επειδή όμως δεν θεωρούν ασφαλές κανένα ηλεκτρονικό τσιγάρο για τους εφήβους και τους νεαρούς ενήλικες, ορισμένες πολιτείες προσανατολίζονται ήδη προς την απαγόρευση των ηλεκτρονικών τσιγάρων με γεύσεις τα οποία είναι ιδιαίτερα δημοφιλή σε αυτούς. Οι ειδικοί συνιστούν σε όσους χρησιμοποιούν ηλεκτρονικό τσιγάρο να έχουν **το νου τους για ύποπτα συμπτώματα**. Τέτοια συμπτώματα είναι **βήχας, δύσπνοια ή πόνος στο στήθος, ναυτία ή διάρροια**, σύμφωνα με τα CDC.

iatropedia.gr

Πηγή: <https://medlabgr.blogspot.com/2019/10/ilektroniko-tsigar-o-26-oi-nekroi-1-299-oi-astheneis-stis-ipa.html#ixzz62DpTB9II>

Σοκ για εκατ. καπνιστές: Σύσταση απαγόρευσης χρήσης ηλεκτρονικού τσιγάρου μετά το πέμπτο θανατηφόρο κρούσμα (βίντεο)

Σοκ σε εκατομμύρια καπνιστές προκαλεί η είδηση για την σύσταση απαγόρευσης χρήσης ηλεκτρονικού τσιγάρου μετά και το πέμπτο θανατηφόρο κρούσμα!

Πριν λίγες ώρες, καταγράφηκε και πέμπτος θάνατος στις ΗΠΑ από σοβαρή πνευμονική νόσο που αποδίδεται στη χρήση ηλεκτρονικού τσιγάρου, ανακοίνωσαν οι υπηρεσίες υγείας του Λος Άντζελες.

Ο 55χρονος, του οποίου τα στοιχεία δεν έχουν ακόμη ταυτοποιηθεί, ζούσε στην Καλιφόρνια και είχε χρόνια πρόβλημα υγείας, σύμφωνα με όσα δήλωσαν οι αρχές στην εφημερίδα Los Angeles Times.

Οι αρμόδιοι προειδοποιούν για τη χρήση του ηλεκτρονικού τσιγάρου, καθώς οποιαδήποτε σύνδεση μεταξύ του ατμίσματος και το πώς αυτό επηρεάζει τη λειτουργία των πνευμόνων παραμένει άγνωστη.

Οι αρχές εξετάζουν τα συμπτώματα που σχετίζονται με τα

ηλεκτρονικά τσιγάρα και περιλαμβάνουν πόνο στο στήθος, δύσπνοια και έμετο.

Ο θάνατος του 55χρονου ήταν μια από τις 12 περιπτώσεις ανθρώπων στο Λος Άντζελες στις οποίες μια σοβαρή πνευμονική νόσος συνδέεται με το άτμισμα, δήλωσε ο Muntu Davis, αρμόδιος για την προστασία και την προαγωγή της Δημόσιας Υγείας του Los Angeles.

«Η σύστασή μας ... είναι ότι αν δεν χρειάζεται να ατμίσετε, μην το κάνετε τώρα.

Υπάρχουν πραγματικά πολλά ερωτήματα που παραμένουν αναπάντητα.

Υπάρχουν πολλές πληροφορίες που χρειάζεται να συγκεντρώσουμε», δήλωσε ο Davis κατά τη διάρκεια συνέντευξης Τύπου.

Θάνατοι έχουν καταγραφεί και στο Ιλλινόις, την Ιντιάνα, τη Μινεσότα και το Όρεγκον, σύμφωνα με τα αμερικανικό Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (CDC).

Επιπλέον, ο οργανισμός εξετάζει 450 περιπτώσεις πνευμονικής νόσου σε 33 πολιτείες που μπορεί να έχουν προκληθεί από τη χρήση ηλεκτρονικού τσιγάρου σε όλη τη χώρα.

Με αφορμή τους θανάτους στις ΗΠΑ από πνευμονική νόσο που φαίνεται να σχετίζεται με το ηλεκτρονικό τσιγάρο, επιστήμονες υποστηρίζουν, μιλώντας στο iatropedia.gr, ότι δεν αποκλείεται να εμφανιστούν και στη χώρα μας αντίστοιχα κρούσματα.

Τόσο ο πρόεδρος της Επιτροπής Εμπειρογνομώνων του Υπουργείου Υγείας για τον Έλεγχο του Καπνού, καθηγητής πνευμονολογίας, Παναγιώτης Μπεχράκης, όσο και η πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Πνευμονολογικής Εταιρείας, Μίνα Γκάγκα, δηλώνουν ότι είναι θέμα χρόνου να καταγράψουμε και τα πρώτα ελληνικά κρούσματα πνευμονοπάθειας από το ηλεκτρονικό τσιγάρο.

“Είναι βέβαιον ότι θα συμβούν και εδώ», υποστηρίζει ο καθηγητής κ. Μπεχράκης, και συμπληρώνει:

«Παντού θα συμβούν. Δεν έχουν διάκριση στις επιπτώσεις τους τα καπνικά προϊόντα. Όταν καπνίζουμε βάζουμε μέσα στον πνεύμονές μας ουσίες, οι οποίες είναι ερεθιστικές και τοξικές για την αναπνοή. Προφανώς θα έχουμε συνέπειες, δεν χρειάζεται να είναι κανείς επιστήμων για να το συμπεράνει”.

ΠΗΓΗ: https://www.pronews.gr/ygeia/proionta-ypiresies/802685_so_k-gia-ekat-kapnistes-systasi-apagoreysis-hrisis-ilektronikoy

ΗΠΑ: Τρίτος θάνατος από πνευμονική νόσο που συνδέεται με το ηλεκτρονικό τσιγάρο

Άλλος ένας άνθρωπος, ο τρίτος μέχρι στιγμής, πέθανε στις Ηνωμένες Πολιτείες από τη σοβαρή πνευμονική νόσο που συνδέεται

με το ηλεκτρονικό τσιγάρο, όπως ανακοίνωσαν οι υγειονομικές αρχές της Πολιτείας της Ιντιάνα.

Εκατοντάδες «ατμιστές», κυρίως εκείνοι που χρησιμοποιούν ουσίες που περιέχουν κάνναβη και πωλούνται στη μαύρη αγορά, έχουν παρουσιάσει σοβαρά πνευμονικά προβλήματα και πολλοί χρειάστηκε να νοσηλευτούν, ακόμη και να τεθούν σε τεχνητό κώμα. Στη Νέα Υόρκη, οι τοπικές αρχές υποψιάζονται ότι ένα προϊόν που περιέχει βιταμίνη Ε ίσως να ευθύνεται για την ασθένεια, όμως οι ομοσπονδιακές υγειονομικές αρχές δεν το έχουν ακόμη επιβεβαιώσει. Αναμένουν να εξαχθούν σαφή συμπεράσματα από τις εργαστηριακές εξετάσεις για το ποιο προϊόν και ποια ουσία ευθύνεται.

Την περασμένη εβδομάδα, οι ομοσπονδιακές υπηρεσίες είχαν ανακοινώσει ότι 215 άνθρωποι παρουσιάζουν συμπτώματα βαριάς πνευμονικής νόσου που συνδέεται με το άτμισμα. Ίσως και σήμερα αναμένεται να δοθεί στη δημοσιότητα ο νεότερος απολογισμός.

«Μολονότι δεν γνωρίζουμε ποιες ουσίες είναι οι επιβλαβείς, να έχετε υπόψη σας πως όταν χρησιμοποιείτε αυτά τα προϊόντα μαζί με άλλα χημικά, δεν ξέρετε τι αναπνέετε και τι βλάβες μπορεί να προκληθούν», δήλωσε ο Κρις Μποξ, ένα στέλεχος των δημόσιων υπηρεσιών υγείας της Ιντιάνα.

Οι δύο άλλοι θάνατοι καταγράφηκαν στο Ιλινόι και το Όρεγκον.

ΠΗΓΗ: https://www.pronews.gr/ygeia/802312_ipa-tritos-thanatos-a-po-pneymoniki-noso-poy-syndeetai-me-ilektroniko-tsigaro

Ηλεκτρονικό τσιγάρο: Μυστηριώδης ασθένεια «θερίζει» τους ατμιστές

Οι γιατροί προς το παρόν δεν ξέρουν αν ευθύνεται η χρήση των ηλεκτρονικών τσιγάρων ή συγκεκριμένα συστατικά ή μολυσματικοί παράγοντες που έχουν εισπνεύσει οι ασθενείς μέσω του ατμίσματος

Συναγερμός έχει σημάνει στις αμερικανικές υγειονομικές αρχές μετά την καταγραφή περίπου 100 περιπτώσεων μιας μυστηριώδους ασθένειας που προσβάλλει τους [πνεύμονες](#).

Τα κρούσματα έχουν αναφερθεί σε 14 Αμερικανικές Πολιτείες της Αμερικής και οι ειδικοί προς το παρόν τα συσχετίζουν με το άτμισμα και γενικότερα τη χρήση [ηλεκτρονικού τσιγάρου](#).

Πολλοί από τους ασθενείς είναι έφηβοι και νεαροί ενήλικες, με κάποιους εξ αυτών να νοσηλεύονται σε Μονάδες Εντατικής Θεραπείας και με μηχανικά υποστηριζόμενη αναπνοή.

Προς το παρόν οι υγειονομικές αρχές των ΗΠΑ δεν μπορούν να πουν με βεβαιότητα κατά πόσο οι ασθενείς θα μπορέσουν να

αναρρώσουν πλήρως. Αλλά έχει δοθεί εντολή σε γιατρούς και πολίτες να βρίσκονται σε εγρήγορση σε περίπτωση αναφοράς συμπτωμάτων όπως δυσκολία στην αναπνοή, δύσπνοια ή στηθάγχη. Στους ήδη νοσηλευόμενους ασθενείς έχουν επίσης καταγραφεί πυρετός, βήχας, εμετοί και διάρροια.

Αξιωματούχοι των Κέντρων Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (CDC) βρίσκονται ήδη σε στενή συνεργασία με τα υγειονομικά τμήματα τουλάχιστον πέντε Πολιτειών (Καλιφόρνια, Ιλινόις, Ιντιάνα, Μινεσότα και Ουισκόνσιν) με επιβεβαιωμένα κρούσματα της μυστηριώδους ασθένειας για να καθοριστούν η αιτία της νόσου αφού «[μια συστοιχία πνευμονικών ασθενειών που συνδέονται με τη χρήση ηλεκτρονικού τσιγάρου](#)» καταγράφηκαν σε εφήβους και νεαρούς ενήλικες τις τελευταίες εβδομάδες.

Σύμφωνα με τα τελευταία επιδημιολογικά δεδομένα, υπάρχουν τουλάχιστον 31 επιβεβαιωμένα κρούσματα, ενώ το CDC κάνει λόγο για 94 πιθανές περιπτώσεις σε 14 Πολιτείες.

«Μέχρι σήμερα, δεν υπάρχουν επαρκή στοιχεία ότι ο ένοχος είναι κάποια μολυσματική νόσος», ξεκαθαρίζει η εκπρόσωπος Τύπου του CDC, Kathy Harben.

Κι ενώ κάποιες περιπτώσεις ασθενών έχουν ομοιότητες μεταξύ τους, οι γιατροί προς το παρόν δεν ξέρουν αν ευθύνεται η χρήση των ηλεκτρονικών τσιγάρων ή συγκεκριμένα συστατικά ή μολυσματικοί παράγοντες που έχουν εισπνεύσει οι ασθενείς μέσω του ατμίματος.

Πάντως οι ασθενείς έχουν αναφέρει τη χρήση διαφόρων συστατικών στο μείγμα άτμισης, όπως η νικοτίνη, «σπιτικά» μείγματα και ακόμα και προϊόντα με βάση την ινδική κάνναβη.

Σύμφωνα με την Emily Charman, ιατρική διευθύντρια στο Νοσοκομείο Παιδών της Μινεσότα, όπου νοσηλεύονται τέσσερις έφηβοι με την μυστηριώδη νόσο «τα παιδιά εμφανίστηκαν με συμπτωματολογία που θα την έλεγε κανείς διαχειρίσιμη και που έμοιαζε με αυτή κάποια ιογενούς λοίμωξης ή βακτηριακής πνευμονίας, όπως δύσπνοια, βήχα, πυρετό και κοιλιακή δυσφορία. Αλλά η κατάσταση τους συνέχισε να επιδεινώνεται παρά την χορήγηση της κατάλληλης αγωγής με αντιβιοτικά και παροχή οξυγόνου. Κάποια παιδιά υπέστησαν αναπνευστική ανεπάρκεια και ετέθησαν υπό μηχανική υποστήριξη».

Και προσθέτει πως πρόκειται για περιπτώσεις περίπλοκες ως προς τη διάγνωση καθώς μιμούνται τα συμπτώματα μιας συχνής λοίμωξης αλλά μπορεί να προκαλέσουν σοβαρές επιπλοκές με ανάγκη μακροχρόνιας νοσηλείας.

ΠΗΓΗ: <https://ygeiamou.gr/%ce%b5%cf%80%ce%b9%cf%83%cf%84%ce%b7%ce%bc%ce%bf%ce%bd%ce%b9%ce%ba%ce%ad%cf%82-%ce%b5%ce%be%ce%b5%ce%bb%ce%af%ce%be%ce%b5%ce%b9%cf%82/40001/ilektroniko-tsigaro-mistiriodis-asthenia-therizi-tous-atmistes/>

Έρευνα: Το ηλεκτρονικό τσιγάρο πιο αποτελεσματικό από τσίχλες και τσιρότα

Τα **ηλεκτρονικά τσιγάρα** έχουν σχεδόν διπλάσια αποτελεσματικότητα στο να βοηθήσουν τους καπνιστές να κόψουν το τσιγάρο, σε σχέση με τις άλλες μεθόδους υποκατάστασης της **νικοτίνης**, όπως οι τσίχλες και τα τσιρότα, σύμφωνα με μια νέα βρετανική επιστημονική έρευνα, την πιο ολοκληρωμένη του είδους της μέχρι σήμερα.

Η μελέτη, με επικεφαλής τον καθηγητή Πίτερ Χάγιεκ του Πανεπιστημίου Queen Mary του Λονδίνου, η οποία έγινε σε **886 καπνιστές** κυρίως μέσης ηλικίας και δημοσιεύθηκε στο αμερικανικό ιατρικό περιοδικό "The New England Journal of Medicine", έδειξε ότι το 18% όσων ήταν χρήστες ηλεκτρονικού τσιγάρου, είχαν κόψει το κανονικό τσιγάρο μέσα σε ένα χρόνο, έναντι ποσοστού σχεδόν 10% μεταξύ όσων χρησιμοποιούσαν άλλους τρόπους υποκατάστασης της νικοτίνης (τσίχλες, τσιρότα, σπρέι κ.α.).

«Είναι η πρώτη κλινική δοκιμή που ελέγχει την αποτελεσματικότητα των σύγχρονων ηλεκτρονικών τσιγάρων στο να βοηθήσουν τους καπνιστές να το κόψουν και δείχνει ότι είναι σχεδόν δύο φορές πιο αποτελεσματικά σε σχέση με άλλα προϊόντα υποκατάστασης της νικοτίνης», δήλωσε ο Χάγιεκ. «Μολονότι πολλοί καπνιστές αναφέρουν ότι έκοψαν επιτυχώς το τσιγάρο με τη βοήθεια των ηλεκτρονικών τσιγάρων, οι γιατροί ήταν έως τώρα διστακτικοί στο να συστήσουν τη χρήση των τελευταίων, εξαιτίας της έλλειψης σαφών ενδείξεων από τυχαίοποιημένες και ελεγχόμενες δοκιμές. Αυτό πιθανώς τώρα θα αλλάξει», πρόσθεσε.

Αν και τόσο τα ηλεκτρονικά τσιγάρα όσο και τα άλλα προϊόντα υποκατάστασης της νικοτίνης θεωρήθηκαν από τους χρήστες

λιγότερο ικανοποιητικά σε σχέση με το παραδοσιακό τσιγάρο, τα πρώτα παρείχαν συγκριτικά μεγαλύτερη ικανοποίηση. Επίσης οι χρήστες ηλεκτρονικού τσιγάρου παρήγαν λιγότερο φλέμα και έβηχαν λιγότερο μετά 52 εβδομάδες, ενώ είχαν επίσης μικρότερη δυσκολία συγκέντρωσης και λιγότερα συμπτώματα ναυτίας. Μετά από ένα έτος σχεδόν το 80% των χρηστών ηλεκτρονικού τσιγάρου συνέχιζαν να είναι ατμιστές, έναντι μόνο 9% που συνέχιζαν να χρησιμοποιούν τσιρότο, τσίχλα ή άλλη μέθοδο.

«Μπορεί κανείς να δει κανείς τόσο μια προβληματική όσο και μια ωφέλιμη πλευρά στο ηλεκτρονικό τσιγάρο, αλλά νομίζω ότι η θετική είναι πιο ισχυρή», δήλωσε ο Χάγιεκ, σύμφωνα με τη «Γκάρντιαν».

Σύμφωνα με το το ΑΠΕ-ΜΠΕ στη Βρετανία πολλοί άλλοι επιστήμονες υποστηρίζουν τα ηλεκτρονικά τσιγάρα ως μέσο για το κόψιμο του κανονικού τσιγάρου. Όμως στις ΗΠΑ οι ειδικοί είναι πιο επιφυλακτικοί απέναντι στο ηλεκτρονικό τσιγάρο που περιέχει νικοτίνη, θεωρώντας ότι μπορεί να γίνει εθιστικό για τους ατμιστές και ότι μπορεί να ανοίξει το δρόμο στο να αρχίσουν να καπνίζουν τα παιδιά.

Πάντως όλοι λίγο-πολύ οι επιστήμονες -και στη Βρετανία- συμφωνούν ότι πρέπει να γίνουν περισσότερες έρευνες πάνω στις πιθανές αρνητικές επιπτώσεις του ηλεκτρονικού τσιγάρου σε βάθος χρόνου.

ΠΗΓΗ: https://www.ethnos.gr/kosmos/18881_ereyna-ilektroniko-tsigaro-pio-apotelesmatiko-apo-tsihles-kai-tsirota