

Кадырова А.С.,

Резидент 1-го года обучения, врач-психиатр

(ПФ НАО «МУС» город Семей. Республика Казахстан)

Научный руководитель: **Молчанов С.Н., к.м.н.**

(ПФ НАО «МУС» город Семей. Республика Казахстан).

Прилуцкая М.В., доктор PhD,

(ПФ НАО «МУС» город Семей. Республика Казахстан).

Клиническая оценка новых форм табачной зависимости

Актуальность: За всю историю человечества, в людях поражает две вещи: сила воли и постоянное стремление навредить себе. Начиная с нездорового питания и заканчивая развязыванием войн. И чем дальше, тем изощрённей эти способы. Именно в наше время одним из таких способов стало курение электронных сигарет (вейпов). Они имеют очень большую популярность среди молодёжи и, в частности, среди подростков, вследствие запрета продажи обычных сигарет несовершеннолетним [1]. Но, по сути, курильщики не знают об электронных сигаретах ничего: ни о вреде, ни о пользе, если, конечно, она есть, ни схему работы таких аппаратов. Так что же представляют из себя электронные сигареты? Наверное, многие видели людей, пускающих огромные клубы дыма. Первыми про него заговорили в Китае. Именно там в 2003 году начали производство электронных сигарет [2]. У нас в Казахстане электронные сигареты стали популярны после введения в 2015 году антитабачного закона. И сегодня увлечение «вейпингом» растёт в геометрической прогрессии, особенно среди подростков [3].

Главный атрибут парящего – «вейп» (от англ. vape – испарение) – электронное устройство для доставки никотина в организм, основанное на принципе термического испарения [4]. То есть электронная сигарета, «вейп» или «девайс». Он состоит из нескольких элементов: батарейный блок, плата управления питанием, испаритель, в который заливается жидкость. Принцип его работы следующий: жидкость попадает в испаритель, впитывается в вату, намотанную на металлическую спираль, которая, при подаче на неё тока, нагревается, образовывая тот самый пар. Парогенератор производит пар, содержащий в себе дозу никотина из курительной жидкости, этот пар попадает в легкие вместе с затяжкой. Как правило, для визуальной имитации курения, электронная сигарета снабжается светодиодом. Вкус и состав ЭСДН зависят от состава выбранной курительной жидкости, смеси. Эта смесь легко заменяется, одна капсула содержит в себе столько же веществ, сколько содержали бы в себе от 15 до 50 сигарет [5].

Основная часть: В настоящее время существует несколько точек зрения на проблему безопасности электронных сигарет. Прежде всего, многие ученые и врачи считают, что устройства могут считаться более безопасными, а их использование может приводить к отказу от вредной привычки. В основе подобного мнения – долгосрочные исследования (более 6 месяцев), а также собственные наблюдения специалистов. Сторонниками устройств являются представители европейской науки и медицины (Майкл Сигель, Крис Стил, Мюррей Лаугесен, и другие), некоторые российские доктора, сотрудники Минздрава.

Существует и противоположная точка зрения на электронные сигареты. Ее придерживается Управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных средств США (FDA). По мнению сотрудников этой организации, электронные сигареты не безопасны. Такое мнение основывается на результатах краткосрочных исследований всего лишь 19 картриджей устройств от

производителей NJoy и Smoking Everywhere. В результате экспериментов в составе жидкости некоторых электронных сигарет был обнаружен диэтиленгликоль, который считается канцерогенным веществом. В настоящее время многие эксперты подвергают критике исследования FDA. В частности, обращается внимание на ограниченность выборки. Кроме того, из 19 образцов некоторые все же получили сертификаты соответствия FDA. Всемирная организация здравоохранения занимает нейтральную позицию. Несмотря на то, что ВОЗ изучает электронные сигареты, вред или польза устройств пока считается неустановленными. По мнению экспертов организации, делать выводы о безопасности устройств можно только после получения результатов долгосрочных экспериментов. ВОЗ не исключает вероятность того, что e-сигареты могут использоваться в процессе отказа от курения и быть эффективным средством никотинозаместительной. Но эксперты обращают внимание, что эта точка зрения пока научно не обоснована, поэтому не может считаться абсолютно верной. Определиться с выбором помогают лишь данные долгосрочных исследований. [6,7]

Врачи всех областей медицины дали самые лестные отзывы об электронной сигарете. И, безусловно, главным её преимуществом было названо то, что она относительно безопасна для здоровья. Электронная сигарета это своеобразный ингалятор, и курильщик вдыхает не дым, а пар с содержанием определенной дозы очищенного никотина. Пар электронной сигареты не содержит продуктов горения и таких ядов как: смолы, канцерогены,monoоксид углерода (угарный газ), полоний-210, цианистый водород, акролеин и другие. Именно поэтому отзывы врачей об электронной сигарете носят преимущественно положительный характер:

Свой положительный отзыв об электронной сигарете оставили врачи-онкологи. Благодаря исследованиям, проведенным независимыми экспертами, удалось выяснить, что электронная сигарета не содержит в составе своей

дисперсионной жидкости вещества, вызывающие онкологические заболевания. Поэтому для здоровья, в отличие от курения табачной продукции, использование электронной сигареты полностью безопасно.

Но помимо положительных высказываний в сторону электронных сигарет есть ещё и отзывы врачей «ПРОТИВ» использования электронной сигареты. Что же касается медицинского сообщества в Казахстане, в том числе и врачи-наркологи заявили, что «Всемирная организация здравоохранения категорически возражает против использования электронных сигарет. Такие сигареты содержат мега-количество никотина». Также утверждают, что электронная сигарета не является способом отказа от курения, напротив она наносит серьезный вред здоровью.[8,9]

Согласовав все исследования, мы в октябре – ноябре 2020 года провели анкетирование респондентов в возрасте от 18 до 35 лет. В опросе приняли участие 50 человек: из них мужской пол -32 человека, женский пол-18 человек. Для клинической оценки табачной зависимости мы использовали тест зависимости от никотина Фагерстром (Fagerström) (FTND)

Тест зависимости от никотина Фагерстром (Fagerström) (FTND) [10].

1. Как скоро, после Вашего пробуждения, Вы выкуриваете первую сигарету?

1. Менее, чем через 5 минут (3)
2. Через 6 – 30 минут (2)
3. Через 31 – 60 минут (1)
4. Более, чем через 60 минут (0)

2. Трудно ли Вам воздерживаться от курения в местах, где курение запрещено (например, в церкви, кинотеатре, поезде, ресторане и др.)?

Да (1)

Нет (0)

3. От какой электронной сигареты Вам было бы最难 всего отказаться?

От первой сигареты утром (1)

От всех остальных (0)

4. Сколько сигарет в день Вы выкуриваете?

10 и меньше (0)

11 – 20 (1)

21 – 30 (2)

31 или более (3)

5. Курите ли Вы чаще, в первые часы после пробуждения, чем в остальную часть дня?

Да (1)

Нет (0)

6. Курите ли Вы также, когда Вы так больны, что основную часть дня проводите в постели?

Да (1)

Нет (0)

7. Какое ощущение после использования вейпа

Эйфория (3)

Сухость во рту, одышка (2)

Никаких (0)

8 . Считаете ли Вы парение вредным для здоровья

Да (0)

Нет (1)

Число баллов составляет от 0 до 10. Это позволяет точно оценить никотиновую зависимость, и разработать на этой основе.

0 – 3 балла: табачная зависимость низкая или отсутствует 4 – 6 баллов: средняя табачная зависимость 7 – 10: высокая табачная зависимость.

На основании анкетирования у парней и девушек с высокой табачной зависимостью выявлено 52%. Со средней табачной зависимостью -36% и только 12% исследовавших низкая табачная зависимость.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении хотелось бы подытожить, что

вред электронных сигарет без никотина это:

Мнимая безопасность для здоровья формирует стойкое привыкание (равно зависимость), причем как на физическом, так и на психологическом уровне;

Из-за нехватки привычных для курильщика ощущений насыщения никотином, человек начинает «парить» чаще и больше;

Легкие человека травмируются как при курении обычных сигарет, так и электронных. Чем чаще парильщик использует вейп, тем больше вреда он наносит своей дыхательной системе.

Среди населения электронная сигарета является причиной бурных дискуссий об их пользе и вреде, преимуществах и недостатках [10]. На сегодняшний момент исследований, которые бы смогли полностью ответить на вопрос, можно ли использовать вейп как безопасный способ курения или нет, явно недостаточно.

В заключении бы хотелось сказать, что вейпинг, без сомнений, является вредной привычкой, и, конечно, требует отказа от нее. Отказ от курения, как обычных сигарет, так и электронных, является сложным и требует множество усилий. Нужно занять себя чем-то другим, хорошим увлечение может стать спорт. Полностью посвятить себя физическим тренировкам значит быть не только в прекрасной физической форме, но и в хорошем моральном состоянии.

Список литературы:

1. Hughes, J.R. Shape of the relapse curve and longterm abstinence among untreated smokers / J.R. Hughes, J. Keely, S. Naud S. // Addiction. – 2004. – Vol. 99, № 1. – P. 29–38.
2. 10. Etter, J.F. Electronic cigarette: users profile, utilization, satisfaction and perceived efficacy / J.F. Etter, C. Bullen // Addiction. – 2011. – Vol. 106, № 11. – P. 2017–2028.
3. Влияние электронных сигарет на слизистую оболочку полости рта / С.М. Габдулгалиева, Ю.А. Кобзева, С.В. Парфенова, Л.В. Аринина // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. – 2017. – Т. 7, № 1. – С. 398–399. Vliyanie elektronnyh sigaret na slizistuyu obolochku polosti rta / S.M. Gabdulgalieva, Yu.A. Kobzева, S.V. Parfenova, L.V. Arinina // Byulleten' medicinskikh Internetkonferencij. – 2017. – Т. 7, № 1. – S. 398–399.
4. Более тысячи человек заболели из – за вейпинга в США // – режим доступа URL:<https://yandex.ru> > news > story, свободный. (Дата обращения 8.10.19)
5. Вред электронных сигарет – Общее дело // – режим доступа URL:<https://общее-дело.рф>, свободный. (Дата обращения 6.10.19)
- 6.<http://www.aif.ru>. Аргументы и факты. Электронная сигарета: как работает и чем опасна.
- 7.<http://vershina-samara.ru> Лечение наркомании и алкоголизма. Вред электронных сигарет.
8. Статистика о количестве курящего населения в Казахстане http://www.podymim.kz/statistika_v_Kz.shtml
9. Медицинское общество о высказывании «за» и «против» электронных сигарет в Казахстане <http://www.e-cigarette.su>
- 10 Fagerstrom KO, Schneider N. Measuring nicotine dependence: a review of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. J Behav Med 1989; 12: 159–182