

# VAPERSKÝ BĚŽNÍK



## 1 z 5 kuřáků po zakoupení elektronické cigarety, přestane do 6 měsíců kouřit!

Belgická studie zveřejněná v mezinárodním žurnálu výzkumu životního prostředí a veřejného zdraví zjistila, že přibližně každému pátému kuřákovi se podaří přestat kouřit, do 6 měsíců od zakoupení své první e-cigarety.

Studie zkoumala trajektorie kouření a vapingu. Zároveň úspěšnost odvykání kouření u kuřáků po zakoupení jejich první e-cigarety ve specializovaných kamenných obchodech v belgickém regionu Flandry.

Z belgické studie s názvem: *„About One in Five Novice Vapers Buying Their First E-Cigarette in a Vape Shop Are Smoking Abstinent after Six Months.”*

Vyplynulo, že, přibližně jeden z pěti kuřáků, kteří si koupili první elektronickou cigaretu ve specializovaném kamenném obchodě, přestal po šesti měsících kouřit úplně.

Vybraní účastníci studie, kterých bylo 71, byli požádáni, aby vyplnili dotazníky hodnotící chování kouření / vapingu ve třech různých fázích od doby, kdy si zakoupili první elektronickou cigaretu.

Zkontrolováni byli po 3 a 6 měsících. Jejich kouření bylo biochemicky dvakrát ověřeno pomocí měření eCO.

Oxid uhelnatý (CO) je produktem spalování, je prokazatelný pouze po dobu cca 12 hodin. Měří se v ppm (parts per million, částice na milion) ve speciálním přístroji, například přístroj Smokerlyzer firmy Bedfont.

Zkompilované údaje naznačují, že po šesti měsících bylo pozorováno snížení kouření o 53% a to ze 17 cigaret denně na 8, zatímco eCO pokleslo na 15 ppm.

Navíc 18% účastníků přestalo kouřit úplně, jejich eCO kleslo na hodnotu 2 ppm.

Dalších 25% mělo alespoň poloviční spotřebu cigaret za den, zatímco 57% účastníků nedokázalo snížit spotřebu cigaret alespoň o 50% (včetně 13% ztracených při následném sledování).

Studie také zjistila, že ti, kteří dokázali přestat kouřit, spotřebovali více e-liquidu než ti, kteří kouření pouze snížili a pokračovali v kouření. A co je nejdůležitější, 1 z 5 dokázal s kouřením přestat úplně.

Potvrzuje to i nedávný průzkum uvedený v odborné publikaci Cochrane library, která závěrem uvádí že, používání elektronických cigaret vede k úspěšnějším pokusům o ukončení kouření.

*Vědci se proto shodují, pokud jste kuřák, kupte si svou první e-cigaretu ve specializovaném kamenném obchodě, kde vám odborníci s výběrem poradí, máte tak šanci, že to budete právě vy, komu se podaří přestat kouřit úplně.*

<https://www.mdpi.com/1660-4601/15/9/1886/htm>

<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD010216.pub4/full>

<https://provapery.cz/1-z-5-ku-aku-po-zakoupeni-e-cigarety-prestane-do-6-mesicu-kourit>



# Vaping by mohl zabránit až 6,6 miliónům úmrtí.

Ve světle nedávných titulků, které zpochybnili bezpečnost vapingových produktů, se Kanadská asociace pro vapování (CVA) odkazuje na studii, naznačující pozitivní dopad používání elektronických cigaret na veřejné zdraví.

V posledních letech a ještě více v posledních měsících byl vaping neustále prověřován, zejména ve srovnání se smrtícím tabákovým průmyslem.

V návaznosti na případy EVALI (onemocnění plic) a vypuknutí epidemie COVID-19, byla bezpečnost elektronických cigaret zpochybněna při několika příležitostech. Neexistují žádné důkazy o tom, že by mohl vaping zvyšovat riziko nákazy nebo progresi onemocnění COVID-19.

Doposud není stále dostatek údajů o viru celkově, natož když se podíváme na specifika vapingu.

Dr. Neal Benowitz, vedoucí akademický lékař a profesor medicíny na Kalifornské univerzitě, řekl:

**„Rozumím tomu, že výpa-ry z e-cigaret sestávají z velmi malých částic vody, propylengly-**

***kolu a glycerinových a aromatických chemikálií, nikoli z kapiček slin. Vydechaná pára se velmi rychle odpařuje, zatímco částice, které jsou emitovány při kašlání nebo kýchní, jsou velké a přetrvávají tak ve vzduchu po relativně dlouhou dobu.***

***Proto bych si nemyslel, že vaping představuje jakékoli riziko šíření COVID-19, leda by vaper při vydechování páry kašlal.“***

CVA se proto snaží reagovat a vyvracet mýty o vapingu. Svými tvrzeními se odkazuje na studii vedenou Dr. Davidem Levym z Georgetown University Medical Center v USA s názvem:

**„Potenciální úmrtí mohou být v USA odvrácena nahrazením cigaret elektronickými.“**

Zjistila, že 6,6 miliónům předčasných úmrtí ve Spojených státech by se dalo zabránit tím, že kuřáci přejdou na vaping.

Studie zohlednila dva možné scénáře, optimistický scénář založený na současných vzorcích vapingu s mírou kouření klesající na 5% za období 10 let a pesimistický scénář s mírou kouření 10%.

Shromážděná data naznačila, že i za nejhoršího možného scénáře přináší přechod z kouření na vaping výhody.

Ve srovnání se současným stavem přináší nahrazení klasických cigaret elektronickými po dobu 10 let o 6,6 milionů méně úmrtí. Podle pesimistického scénáře by mohlo být odvráceno 1,6 milionu předčasných úmrtí.

Výkonný ředitel CVA, Darryl Tempest, poukázal na to, že tyto údaje je důležité vzít v úvahu při zvažování regulací elektronických cigaret.

Špatná regulace by mohla mít důsledky na skutečný život. Pokud státy zakáží příchutě nebo zavedou nadměrné zdanění na základě chybných studií nebo zkreslených údajů, utrpí veřejné zdraví velkou škodu.

<https://tobaccocontrol.bmj.com/content/27/1/18>

<https://www.globe-newswire.com/news-release/2020/10/09/2106352/0/en/Canadian-Vaping-Association-Study-finds-vaping-could-prevent-6-6-million-deaths.html>

## Kupujte náplně u seriózních prodejců!

Na českém trhu jsou nikotinové náplně legální v maximálním obsahu 10 ml !

