

ΜΑΧΗ ΤΩΝ ΚΥΤΤΑΡΩΝ Θ. ΑντρονίουΧος: Προβλήματα από τη χρήση ηλεκτρονικών τσιγάρων

Media: TA NEA **Page:** 51-52 **Published at:** 25-09-2025
Author: **Surface:** 374.54 cm² **Circulation:** 10340
Subjects:



ΜΑΧΗ ΤΩΝ ΚΥΤΤΑΡΩΝ Θ. Δημόπουλος: Προβλήματα από τη χρήση ηλεκτρονικών τσιγάρων

ΣΕΛ. 52

Προβλήματα από τη χρήση ηλεκτρονικών τσιγάρων

Το άτμισμα, δηλαδή η χρήση ηλεκτρονικών τσιγάρων, έχει αναδειχθεί την τελευταία δεκαετία ως μια εναλλακτική του παραδοσιακού καπνίσματος. Αρχικά παρουσιάστηκε ως λιγότερο βλαβερή επιλογή για τους καπνιστές, όμως οι επιστημονικές μελέτες αναδεικνύουν όλο και περισσότερα προβλήματα που συνδέονται με τη μακροχρόνια χρήση του. Τα ηλεκτρονικά τσιγάρα λειτουργούν θερμαίνοντας ένα υγρό, το οποίο περιέχει συνήθως νικοτίνη, προπυλενογλυκόλη, γλυκερίνη και αρωματικές ουσίες, παράγοντας αερόλυμα που εισπνέεται από τον χρήστη.

Ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα είναι η εξάρτηση από τη νικοτίνη. Παρότι ορισμένα υγρά διατίθενται χωρίς νικοτίνη, τα περισσότερα περιέχουν συγκεντρώσεις ικανές να προκαλέσουν εθισμό, ιδιαίτερα σε εφήβους και νεαρούς ενήλικες που δεν είχαν προηγούμενη εμπειρία καπνίσματος. Η εύκολη πρόσβαση, οι ελκυστικές γεύσεις και η αντίληψη ότι πρόκειται για «ασφαλέστερη» συνήθεια έχουν οδηγήσει σε αύξηση της χρήσης στις



νεότερες ηλικίες, γεγονός που δημιουργεί νέες γενιές εξαρτημένων από τη νικοτίνη.

Σε ό,τι αφορά τις αναπνευστικές επιπτώσεις, το άτμισμα δεν είναι αθώο. Τα αερόλυμα περιέχουν χημικές ουσίες που μπορούν να προκαλέσουν φλεγμονώδεις αντιδράσεις στον πνεύμονα,

βρογχική υπεραντιδραστικότητα και βλάβες του επιθηλίου των αεραγωγών. Έχουν αναφερθεί περιπτώσεις σοβαρής πνευμονικής βλάβης, γνωστής ως EVALI (E-cigarette or Vaping Associated Lung Injury), με συμπτώματα δύσπνοιας, βήχα και σε ορισμένες περιπτώσεις αναπνευστική ανεπάρκεια που απαιτεί νοσηλεία. Αν και το EVALI σχετίστηκε σε μεγάλο βαθμό με την παρουσία οξικής βιταμίνης Ε σε παράνομα υγρά, το φαινόμενο κατέδειξε την απουσία ελέγχου ποιότητας και ασφάλειας στα διαθέσιμα προϊόντα.

Πέρα από το αναπνευστικό, υπάρχουν ενδείξεις για αρνητικές επιδράσεις στο καρδιαγγειακό σύστημα. Η νικοτίνη αυξάνει την καρδιακή συχνότητα και την αρτηριακή πίεση, ενώ ορισμένα συστατικά των αερολυμάτων φαίνεται να προκαλούν οξειδωτικό στρες και δυσλειτουργία του ενδοθηλίου. Οι αλλαγές αυτές μπορούν να αυξήσουν τον κίνδυνο αθηροσκλήρωσης και καρδιαγγειακών επεισοδίων σε μακροχρόνια βάση. Αν και τα δεδομένα είναι ακόμη περιορισμένα, οι ενδείξεις είναι ανησυχητικές.

Ένα άλλο ζήτημα αφορά τις νευρολογικές επιπτώσεις. Η χρόνια έκθεση στη νικοτίνη σε κρίσιμες περιόδους ανάπτυξης του εγκεφάλου, όπως η εφηβεία, έχει συνδεθεί με μόνιμες αλλαγές στη νευρωνική πλαστικότητα, επηρεάζοντας τη μνήμη, τη συγκέντρωση και την ικανότητα μάθησης.

Επιπλέον, η νικοτίνη δρα ως «πύλη» για την υιοθέτηση άλλων εξαρτησιογόνων ουσιών, ενισχύοντας τον κίνδυνο πολυεξάρτησης.

Ο Θάνος Δημόπουλος είναι καθηγητής Θεραπευτικής Αιματολογίας - Ογκολογίας, τ. πρόεδρος του ΕΚΠΑ