

Zdravstveni efekti pušenja nikotina i nikotinizam

Sastav duvana i duvanskog dima

- Duvanski dim je heterogeni aerosol – oko 4000 različitih sastojaka (N, CO, CO₂, nikotin, vodonik-cijanid, NH₃, formaldehid, arsenik, aceton, naftalin i različiti aditivi u proizvodnji duvana i to: sumpor, preparati olova, antifriz, titan-dioksid, azbestna vlakna, radioaktivni polonijum).
- Takođe kancerogene materije: aromatični policiklični ugljovodonici, aromatični amini, nitrozamin, fenol, katran...
- Sagorevanjem – pirolizom, se povećava toksičnost nekih materija

Sastav duvana i duvanskog dima

- Nikotin je alkaloid, jak neurotoksin, blokira nervne impulse u ganglijskim sinapsama nervnog sistema, deluje na vegetativni nervni sistem (simpatikus i parasimpatikus)
- Efekti nikotina su prvo nadražajni, a potom depresivni
- Kada se nađe u krvi nikotin stimuliše nadbubrežnu ž. na lučenje adrenalina, što izaziva znake uzbuđenja, da bi potom došlo do oslobađanja dopamina u mozgu – prijatan osećaj (nagrada)

Zdravstveni efekti

- Povećanje morbiditeta i mortaliteta
- Kardiovaskulane bolesti: koronarna bolest, ateroskleroza...
- Maligne bolesti: disajnih i organa za varenje, bubrega i mokraćne bešike, leukoze
- Bolesti disajnih organa: hronična opstruktivna bolest pluća, respiratorni simptomi (kašalj, iskašljavanje, otežano disanje)
- Reproktivno zdravlje žena
- Neposredni efekti izloženosti dimu iz okoline: kihanje, kašljanje, iritacija oka, glavobolja, vrtoglavica, mučnina, slabljenje koncentracije

„Batut“ – rezultati istraživanja 2013

- Uzrast 15-24 god, učestalost pušenja svakodnevno i povremeno – 26%
- Najviše pušača starosti 35-44 godine
- Oko 54 % starijih od 15 god je izloženo duvanskom dimu
- Najviše pušača među siromašnjima
- Broj se povećao u odnosu na prethodno istraživanje iz 2006 god.
- Povećao se broj žena
- Izloženost duvanskom dimu se povećala – neophodno poštovanje zakona i donošenje novih mera koje trebaju da apsolutno onemoguće prisustvo duvanskog dima u zatvorenom prostoru

Zdravstveni efekti duvana kod mladih

- Rano započinjanje, duži pušački staž
- Pušači su obično manje fizički aktivni
- Deca su posebno osetljiva, ako žive u okruženju pušača, jači napadi astme, respiratorne infekcije...
- Čestice duvanskog dima u nameštaju, tepisima, igračkama, automobilu, akumulacija i hemij. transformacija čestica stajanjem
- Aktivnosti roditelja: ne dozvoliti pušenje unutar ili u blizini kuće, ne u autu, vrtići, škole i sva druga mesta gde deca borave- bez duvana

Rezultati globalnog istraživanja upotrebe duvana kod mladih, 2017

- Za Srbiju radio „Batut“ uz podršku Minisar. zdravlja, prosvete i SZO:
- Deca 13-15 god
- 11% puši cigarete, slično po polu
- 6% koristi elektronsku cigaretu
- 6 od 10 pokušalo je da prestane u zadnjih 12 mes
- 70.4% učenika koji sada puše, slobodno kupuju cigarete
- 82.6% nije bilo ograničeno zbog godina da kupuje cigarete
- 61% mladih izloženo duvanskom dimu u javnom prostoru
- 82.2% učenika podržava zabranu pušenja u zatvorenim javnim prostor

Nargile, elektronske cigarete – novi izazovi za mlade!

- Istovremena upotreba više duvanskih proizvoda ili elektronskih cigareta i duvana
- Nargila je vodena lula za pušenje duvana, pridodati ukusi voća ili trava. Čak i ako nema duvana udisanje dima podrazumeva udisanje kancerogenih i toksičnih materija (arsen, olovo, nikel, CO, CO₂, katran...). Poseban rizik – veći broj konzumenata koristi isti nastavak za udisanje.
- 1 doza nargile odgovara kutiji cigareta, 1 konzumiranje nargile traje 20 min – 1 sata, oko 200 udaha. Tzv. filter nargile ne zadržava najveći broj štetnih materija. Akutni efekti su muka, povraćanje, vrtoglavica, malaksalost, glavobolja.
- Započinje se rano već u 14 god...
- Problemi- slobodno reklamiranje i preko društvenih mreža, ne poštovanje zakona

Nargile – učestalost (Health behaviour in school-aged children survey HBSC), 2018 u Srbiji

- Nargile ikada tokom života pušilo je 29.3% učenika prvih razreda srednjih škola, a u prethodnih 30 dana skoro svaki peti učenik (16.6%)

E-cigarete

- Elektronske cigarete takođe sadrže nikotin i posebno su štetne za decu, izazivaju zavisnost i različite hronične bolesti
- Oko 60% dece 13-15 god je čulo i videlo na reklamama, u apotekama... promociju e- cigareta; 6% dece je probalo (2017. istraživanje HBSC)
- E- cigarete se ne preporučuju mladima, niti postoje pouzdani podaci da su korisne za odvikavanje od konzumiranja duvana.
- U SAD one dominiraju u odnosu na dr duvanske proizvode. Zakonom ograničena kupovina
- Povećana sklonost kod mladih u odraslom dobu za konzumiranje dr psihoaktivnih s. i cigareta
- Negativni efekti na razvoj mozga, pažnju, učenje, kontrolu nagona..