

НИКОТИН

ШТО Е ТОА И ЗОШТО ГО ИМА ВО АЛТЕРНАТИВИТЕ БЕЗ ЧАД?

НИКОТИНОТ, ИАКО ПРЕДИЗВИКУВА ЗАВИСНОСТ И НЕ Е БЕЗ РИЗИК, НЕ Е ПРИМАРНАТА ПРИЧИНА ЗА БОЛЕСТИ ПОВРЗАНИ СО ПУШЕЊЕТО.

Најдобрата опција останува да, ако не пушите, не треба да започнете; а ако пушите, треба целосно да се откажете. Според науката, производите без чад не се без ризик и содржат никотин, кој предизвикува зависност, но имаат потенцијал да бидат помалку штетни отколку да продолжите да пушите.

ШТО Е НИКОТИН?

Никотинот природно се создава во растението тутун.

Откако ќе се вдиши, никотинот се апсорбира преку белите дробови директно во крвотокот каде што патува низ телото во ткивата и органите, вклучувајќи го и мозокот. Во мозокот, никотинот се врзува за специфични рецептори и предизвикува ослободување на допамин и други невротрансмитери. Како резултат на тоа, никотинот може да ги стимулира и на крајот влијае на краткорочните функции на мозокот како што се емоциите, учењето и меморијата.¹

Со повторување на никотинска стимулација, мозокот се прилагодува на присуството на никотин, процес кој е реверзибилен кога некое лице ќе престане да користи производи што содржат никотин.

Дејството на никотинот во мозокот може да предизвика и физиолошки ефекти надвор од мозокот. На пример, гласникот епинефрин се

ослободува во крвотокот, што доведува до привремено (и реверзибилно) стеснување на крвните садови, повисок крвен притисок и зголемен пулс.²

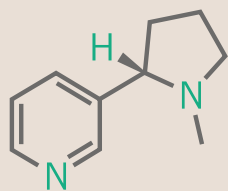
Производите што содржат никотин не треба да ги користат луѓе кои имаат или се изложени на ризик од срцеви заболувања, дијабетичари, епилептичари или лица со епилептични напади.

НИКОТИНОТ НЕ Е ПРИМАРНАТА ПРИЧИНА ЗА БОЛЕСТИ ПОВРЗАНИ СО ПУШЕЊЕТО.

Производите што содржат никотин не треба да се користат во бременост или за време на доене. Конечно, малолетниците не треба да користат или да имаат пристап до тутун или до производи што содржат никотин.

ОВА СЕ ФАКТИТЕ.





Никотинот природно се создава во тутунот. Има фармаколошки ефекти, вклучувајќи забрзан пулс и повисок крвен притисок.



Никотинот предизвикува зависност и не е без ризик. Никотинот не е примарна причина за болестите поврзани со пушењето. Причините се други хемикалии во чадот.



Одредени луѓе не треба да користат производи кои содржат никотин. Ова вклучува бремени жени или доилки и луѓе со срцеви заболувања, исклучително висок крвен притисок или дијабетес. Малолетниците не треба да користат или да имаат пристап до тутун или производи што содржат никотин.

НИКОТИН ВО АЛТЕРНАТИВИ БЕЗ ЧАД

Никотинот е една од причините зошто некои возрасни пушат, но не е единствената причина. За многу возрасни пушачи, вкусот, ритуалот и искуството на сетилата се причини поради кои пушат.

НИКОТИНОТ НЕ Е ПРИМАРНА ПРИЧИНА ЗА БОЛЕСТИТЕ ПОВРЗАНИ СО ПУШЕЊЕТО.

Никотинот, иако предизвикува зависност и не е без ризик, не е примарна причина за болести поврзани со пушењето. Останатите штетни и потенцијално штетни хемикалии во чадот се главната причина за болестите поврзани со пушењето. Изјава на NICE (Националниот институт за здравството и клиничка извонредност) открива дека „првенствено токсините и канцерогените во чадот од тутунот — а не никотинот — предизвикуваат болест и смрт“.³

БАЛАНСИРАНА ПЕРСПЕКТИВА

Институтите како Јавно здравство Англија (PHE)⁴ и Управата за храна и лекови на САД⁵ го гледаат потенцијалот на производите што содржат никотин како алтернативи за пушење. Јавното здравство во Англија ја оценува и јавната свест за никотинот, па наведува дека „постои многу јавно недоразбирање за никотинот (помалку од 10% од возрасните разбираат

дека повеќето од штетите по здравјето од пушењето не се предизвикани од никотинот).⁶ Сепак, регионите како Австралија носат потешки ограничувања на никотинот. Според законите на австралискиот Комонвелт, производите што содржат никотин се категоризираат како производи што се издаваат само на рецепт (со исклучок на никотински фластери, гуми за џвакање или спреови) или опасни отрови (со исклучок на нивната употреба во терапевтски цели или цигари).

Возрасните пушачи заслужуваат точни информации кои не наведуваат во погрешна насока за да можат да донесат информирана одлука. И изборите како овие се собираат и влијаат на резултатите од јавното здравје. Ова е една од причините зошто е толку важно да се бориме против погрешните перцепции на јавноста за никотинот.

Многу луѓе сè уште погрешно веруваат дека никотинот е главната причина за болести поврзани со тутунот. Преглед на литература на 54 студии покажа дека претпоставките на луѓето за никотинот варираат и често се погрешни.⁷ Важно е да се едуцираат за никотинот законодавците, експертите за јавно здравје, возрасни пушачи и возрасни корисници на никотин и производите што содржат никотин.

ОВА СЕ ФАКТИТЕ.

Потребна е балансирана перспектива на никотинот.

Производите што содржат никотин не треба да ги користат одредени групи луѓе. Од друга страна, производите што содржат никотин можат да помогнат во поддршката на целите на јавното здравје со охрабрување на пушачите кои инаку би продолжиле да пушат да се откажат од цигарите и целосно да се префрлат на производи без чад.



Целосно откажување од тутунот и никотинот е најдобриот избор за здравјето. Постојните мерки за контрола на тутунот дизајнирани да го обесхрабрат започнувањето и да го поттикнат откажувањето треба да продолжат.

Сепак, и покрај овие напори, милиони луѓе продолжуваат да пушат. Производите без чад, поддржани од науката, можат да играат улога во оддалечувањето од цигарите на возрасните кои инаку би продолжиле да пушат. Со правилното законодавно охрабрување и поддршка од граѓанското општество, заедно можеме да обезбедиме иднина без чад побрзо отколку да се потпираме само на традиционалните мерки.

- 1 "Pharmacology of Nicotine: Addiction, Smoking-Induced Disease, and Therapeutics" 2009
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2946180/>
- 2 "Pharmacology of Nicotine: Addiction, Smoking-Induced Disease, and Therapeutics" 2009
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2946180/>
- 3 National Institute for Health and Care Excellence, "Smoking: Harm Reduction", June 2013,
<https://www.nice.org.uk/guidance/ph45/chapter/Introduction-scopeand-purpose-of-this-guidance>
- 4 Public Health England, "PHE publishes independent expert e-cigarettes evidence review", 2018,
<https://www.gov.uk/government/news/phe-publishes-independent-expert-e-cigarettes-evidence-review>
- 5 U.S. FDA, "Statement from FDA Commissioner Scott Gottlieb, M.D., on actions to advance our comprehensive plan to reduce tobacco-related disease and death, through new efforts to improve the tobacco product application review process, including a newly proposed rule.", 2019
<https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/statement-fda-commissioner-scott-gottlieb-md-actions-advance-our-comprehensive-plan-reduce-tobacco>
- 6 Public Health England, "PHE publishes independent expert e-cigarettes evidence review", 2018,
<https://www.gov.uk/government/news/phe-publishes-independent-expert-e-cigarettes-evidence-review>
- 7 Czoli, CD. et al., "How do consumers perceive differences in risk across nicotine products? A review of relative risk perceptions across smokeless tobacco, e-cigarettes, nicotine replacement therapy and combustible cigarettes." Tobacco Control, 2017;(26:e49-e58),
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27625408/>

ОВА СЕ ФАКТТЕ.