



E-cigarettával szokik rá a dohányzásra a tizenéves fiatalok többsége, mert nincsenek tudatában annak, hogy ez ugyanúgy károsítja a tüdőt, mint a hagyományos cigaretta. A 13-15 éves magyar fiatalok harmada próbált már valamilyen dohányterméket, tizenöt százalékuk rendszeresen dohányzik, hat százalékuk pedig csak elektronikus cigarettát használ, amely éppolyan káros, mint a hagyományos cigaretta. A november 26-i Semmelweis Egészség Napokon éppen ezért szentelnek külön előadást az alternatív dohánytermékek tüdőkárosító hatásának, egyaránt megszólítva a kamaszokat és a felnőtteket is.

Hazánkban évente 25 ezerrel többen maradnának életben, ha nem dohányoznának. Amikor néhány évvel ezelőtt az elektronikus cigaretta megjelent a piacon, félrevezető módon dohányzás-leszokás segítő termékként reklámozták, ám azóta sok ellentmondásos kutatás látott napvilágot, és bebizonyosodott, hogy a függőséget okozó nikotint az e-cigaretta is éppúgy bejuttatja a szervezetbe – szögezi le dr. Dombai Brigitta. A Semmelweis Egyetem Pulmonológiai Klinika szakorvosjelöltje szerint ez azért különösen veszélyes, mert egyre nő azoknak a 13-15 éves fiataloknak a száma, akik az e-cigarettával kezdik a dohányzást, és nincsenek tudatában annak, hogy ez ugyanúgy kialakítja a fizikai és a pszichés függőséget, emellett ugyanúgy közvetlenül károsítja a tüdőt, mint a hagyományos cigaretta.

Köztudott, hogy a tüdődaganatok elsődleges oka a dohányzás, ám az „Alternatív dohánytermékek és a tüdő” című előadásból az is kiderül, hogy milyen egyéb betegségek háttérében állhat még a cigaretta, milyen hatással van a magzatra a passzív dohányzás, és milyen pozitív változásokat hoz a dohányzás abbahagyása egy nap, egy hét, egy hónap vagy akár egy év után. Dr. Dombai Brigitta rámutat majd többek között arra is, hogy az ornyálkahártyában károsodott hámsejtek mennyi idő alatt regenerálódnak, vagyis mikor tér vissza a dohányzás abbahagyása után a kifinomult szaglás vagy az ízérezékelés.

A szakember úgy látja, minél fiatalabb korban érdemes elkezdeni az egészségfejlesztést és edukációt, mert nagyon magas a sikertelen leszokás aránya a dohányzók között, vagyis a legjobb alternatíva, ha rá sem szokunk a dohányzásra. Mint mondja, sok leszokást segítő termék van a gyógyszertől a tapaszon át a nikotinos ráógumiig, ám véleménye szerint a dohányzás végleges abbahagyásához a fizikai függőség leküzdése mellett a pszichés addikció

legyőzése is szükséges, ezért a sikeres leszokásnak része kell, hogy legyen a pszichoterápia.

Prezentációjában és az azt követő konzultáció során ahhoz is támpontokat ad a szakorvosjelölt a szülőknek, hogyan kommunikáljanak őszintén, tabuk nélkül a felnőttek a kamaszokkal a dohányzásról, és a fiatal érintettek is lehetőséget kapnak, hogy feltegyék az őket érdeklő kérdéseiket.

A 250 éves jubileumát ünneplő Semmelweis Egyetem interaktív, lakossági, népegészségügyi programjának november 26-i eseményén az előadások ingyenesek, de regisztrációkötelesek.

A részletes program és az előadások regisztrációja ide kattintva érhető el.

<https://semmelweis.hu/250/semmelweis-egeszseg-napok/asztma-allergia-covid-19-kozpontban-a-tudo-betegsegei-november-26/>

Fotó (illusztráció): Pixabay; Kovács Attila – Semmelweis Egyetem