

Prečo IQOS nie je ako elektronická cigareta?

Trh ponúka v súčasnosti množstvo alternatív, ktoré sa od klasických cigariet líšia a podľa predajcov predstavujú pre dospelých fajčiarov menšie riziko. V najväčšej miere však počujeme o elektronických cigaretách a aktuálne aj o bezdymovom tabakovom výrobku IQOS. Hoci oba produkty majú ambíciu nahradiť klasické cigarety, existujú medzi nimi zásadné rozdiely. Čo by ste o nich mali vedieť?

Významné rozdiely medzi elektronickými cigaretami a bezdymovými tabakovými výrobkami spočívajú priamo v ich zložení a spôsobe, akým ich fajčiar užíva, ako aj v nazeraní legislatívy na tieto produkty. Pochopiteľne, fajčenie je škodlivé samo o sebe a najlepšie je nefajčiť vôbec, ale ak už máme štandardné cigarety ničím nahradiť, mali by sme dôkladne poznať obsah a princíp fungovania týchto alternatív.

Pozor na náplň

Pripomeňme si na úvod zloženie bežnej cigarety. Hlavnou príčinou jej škodlivosti je cigaretový dym, ktorý sa tvorí horením tabaku pri teplote viac ako 600°C. Obsahuje viac ako 6 000 chemických látok, desiatky karcinogénov, toxické plyny, ďalšie nebezpečné látky a decht. Decht sa dostáva aj

do ovzdušia a veľmi ľahko tiež do pľúc nefajčiarov, pretože sa nachádza



aj v dyme, ktorý uniká z horiaceho konca cigarety medzi jednotlivými ťahmi.



Elektronická cigareta neobsahuje tabak, ale tekutý roztok známy aj ako liquid, ktorý sa zahrieva a fajčiar tak následne vdychuje a vydychuje paru, čiže vaporizuje (z angl. j. vapor = para). Pre absenciu spaľovania tabaku sú e-cigarety vo všeobecnosti považované za menej rizikovú alternatívu ako bežné cigarety. Tekutý

roztok do e-cigarety však treba kupovať od overených predajcov a dodávateľov. Charakter e-cigarety totiž umožňuje namiešať si vlastný tekutý roztok či zakúpiť ho na voľnom trhu, čím môže prísť k vážnemu ohrozeniu zdravia i života. Práve v USA, kde sa len prednedávnom odohralo niekoľko nešťastných prípadov v súvislosti s e-cigaretami, nie je zloženie takejto tekutiny ani obsah nikotínu regulované tak, ako je tomu v Európe. Náplne od neoficiálnych predajcov často nepodliehajú žiadnym prísny kontrolám a stávajú sa potenciálnym rizikom pre dospelého fajčiara. Ďalšou alternatívou k bežnej cigarete je bezdymový tabakový výrobok IQOS. Od elektronickej cigarety sa odlišuje predovšetkým náplňou, ktorá je fyzicky uchopiteľná, obsahuje reálny tabak a podobá sa kratšej cigarete. Ide o tabakovú náplň

HEETS, ktorú predáva výrobca priamo k IQOS. V náplni tabak nehorí, iba sa zahrieva, čiže nevzniká škodlivý cigaretový dym a jej zloženie je pevne stanovené. Je vyrobená z rozdrvených tabakových lístkov a tvorí ju tabaková časť obalená tenkou hliníkovou vrstvou, dutá celulózoza trubička, filter z rozložiteľného materiálu vyrobeného z kukurice a napokon papierový skladaný filter. Zariadenie IQOS je vybavené inteligentnou technológiou, ktorá tabakovú náplň drží pod kontrolou, čo v praxi znamená, že ju zahreje maximálne na teplotu 300°C. A ako sme už na začiatku písali, škodlivý cigaretový dym sa tvorí až pri teplote 600°C. S IQOS sa fajčiarovi dostane plnej tabakovej chuti, pričom do ovzdušia sa uvoľní iba aerosól, ktorý obsahuje o 95 % menej škodlivín ako bežná cigareta. Aerosól nie je ani

príčinou pasívneho fajčenia, na rozdiel od cigarety produkuje len jemnú špecifickú arómu, ktorá sa navyše neдрží na oblečení, vo vlasoch ani v interiéri.

Princíp zahrievania je pri oboch produktoch podobný, avšak vyhotovenie a použité materiály sú značne odlišné. Keramická čepeľ zariadenia IQOS potiahnutá platinou sa používaním nespája a nie je ju preto potrebné pravidelne meniť.

Vedecké štúdie na strane IQOS

IQOS pochádza z dielne spoločnosti Philip Morris International (PMI), ktorá je najväčším tabakovým producentom. Sama tak najlepšie vie, ako fungujú cigarety. Aby však vytvorila bezdymový tabakový výrobok, ktorý má zmysel, spojila sa s viac ako 450 vedcami, lekármi

a odborníkmi na toxikológiu, ktorí roky pracovali na vývoji IQOS. A to v špeciálne zriadenom vedeckom centre vo švajčiarskom Neuchateli vybavenom najmodernejšími prístrojmi. Aj po úspešnom uvedení IQOS na trh pokračoval PMI v spolupráci s odbornou verejnosťou a zariadenie sa tak momentálne môže pochváliť najväčším počtom klinických štúdií, vrátane rozsiahlej ročnej štúdie vplyvu používania IQOS na zdravie. Podľa mnohých prieskumov je IQOS plnohodnotnou alternatívou pre dospelých fajčiarov

Pohľad legislatívy

Pozrime sa aj na to, ako to všetko vidia zákony. U nás, a teda aj v celej Európskej únii je veľmi prísny pohľad práve na elektronické cigarety. Legislatíva presne stanovuje, aká náplň môže byť použitá, aká príchuť,

a takisto reguluje obsah nikotínu. Treba mať preto neustále na vedomí, že kúpou nedôveryhodných náplní môžeme svoje zdravie vážne ohroziť, a význam alternatívy k bežnej cigarete sa potom úplne stráca.

Čo sa IQOS týka, tabakové náplne HEETS majú štandardizovaný obsah látok, na rozdiel od stoviek rôznych variantov roztokov dostupných pre bežné neznačkové e-cigarety. Keďže IQOS obsahuje nikotín, ktorý je návykový, nejde o definitívne riešenie nikotínovej závislosti. Odborníci a už aj mnohí dospelí fajčiari sa však zhodujú, že je lepšou voľbou ako bežná cigareta. Stále však platí, že najlepšie je s fajčením prestať alebo vôbec nezačať.

Viac informácií nájdete na www.iqosveda.sk.