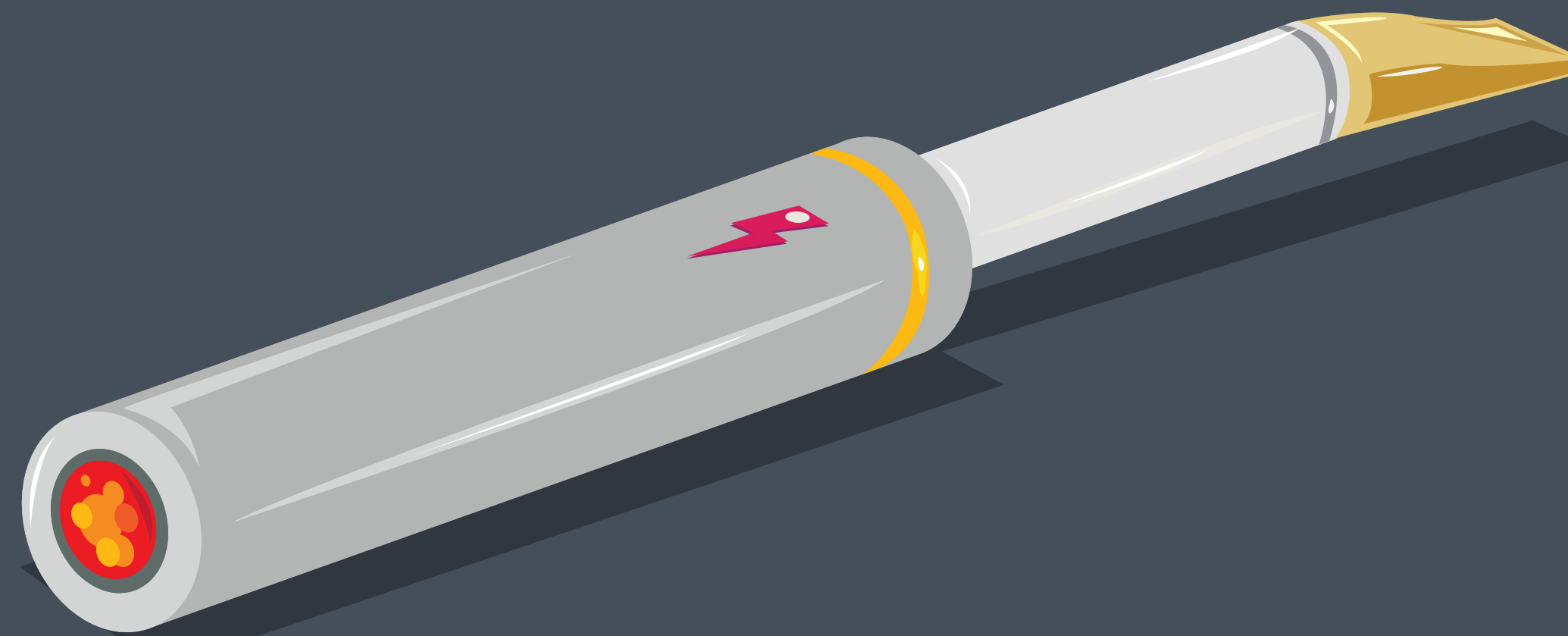


סיגריות אלקטרוניות זה לא מה שחשבנו



משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר



חטיבת בריאות הציבור, המחלקה לחינוך וקידום הבריאות

מה הן סיגריות אלקטרוניות?

* מוצרי עישון

* ידועים גם כ-VAPE, כלומר מכשיר המשמש לאידוי

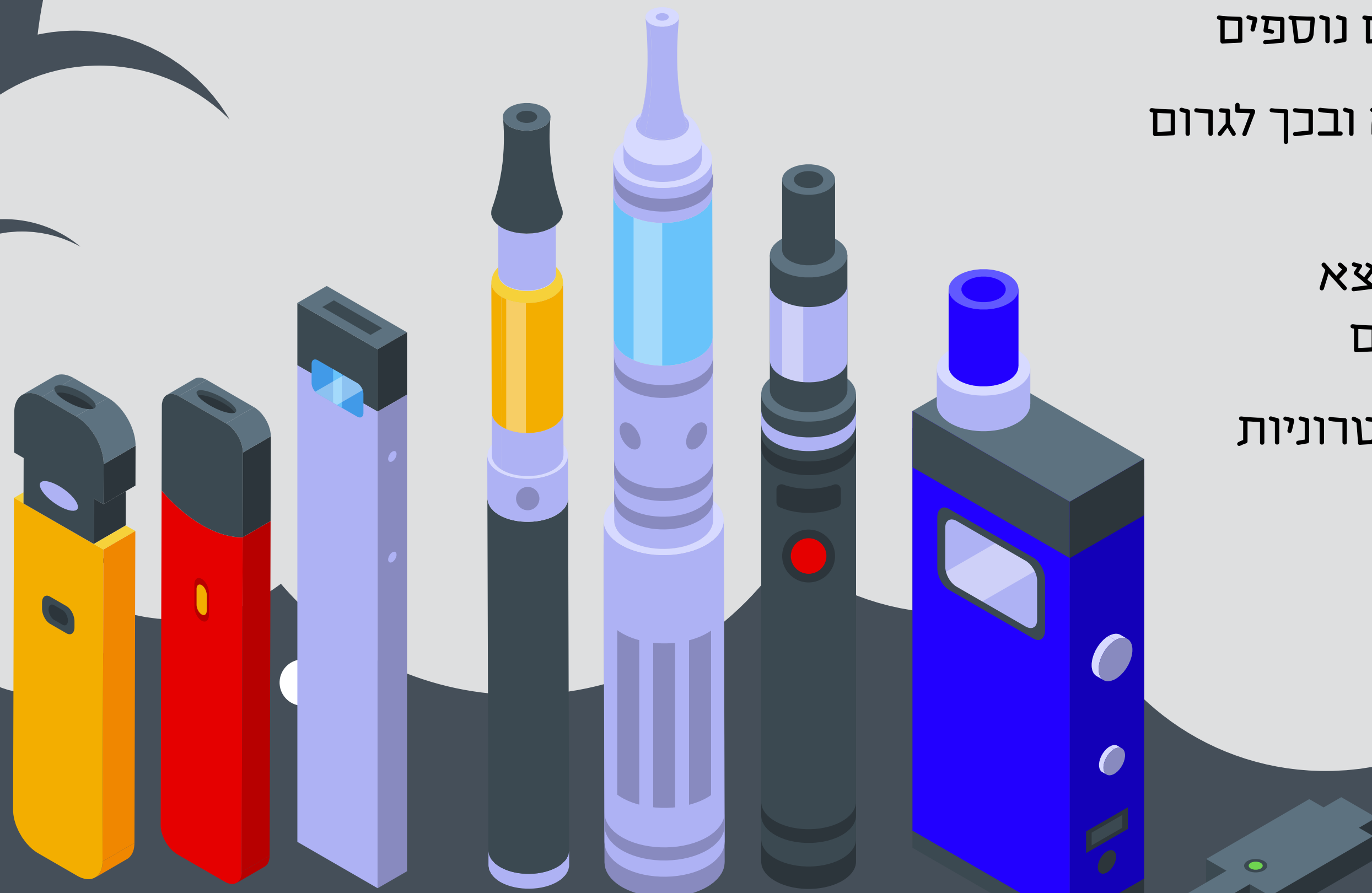
* סיגריות אלקטרוניות יכולות להיראות כמו עטים או מכשירי USB

* מייצרות רסס הנשאף לתוך הריאות על ידי חימום של נוזל המכיל לרוב ניקוטין, חומרי טעם וחומרים כימיים נוספים

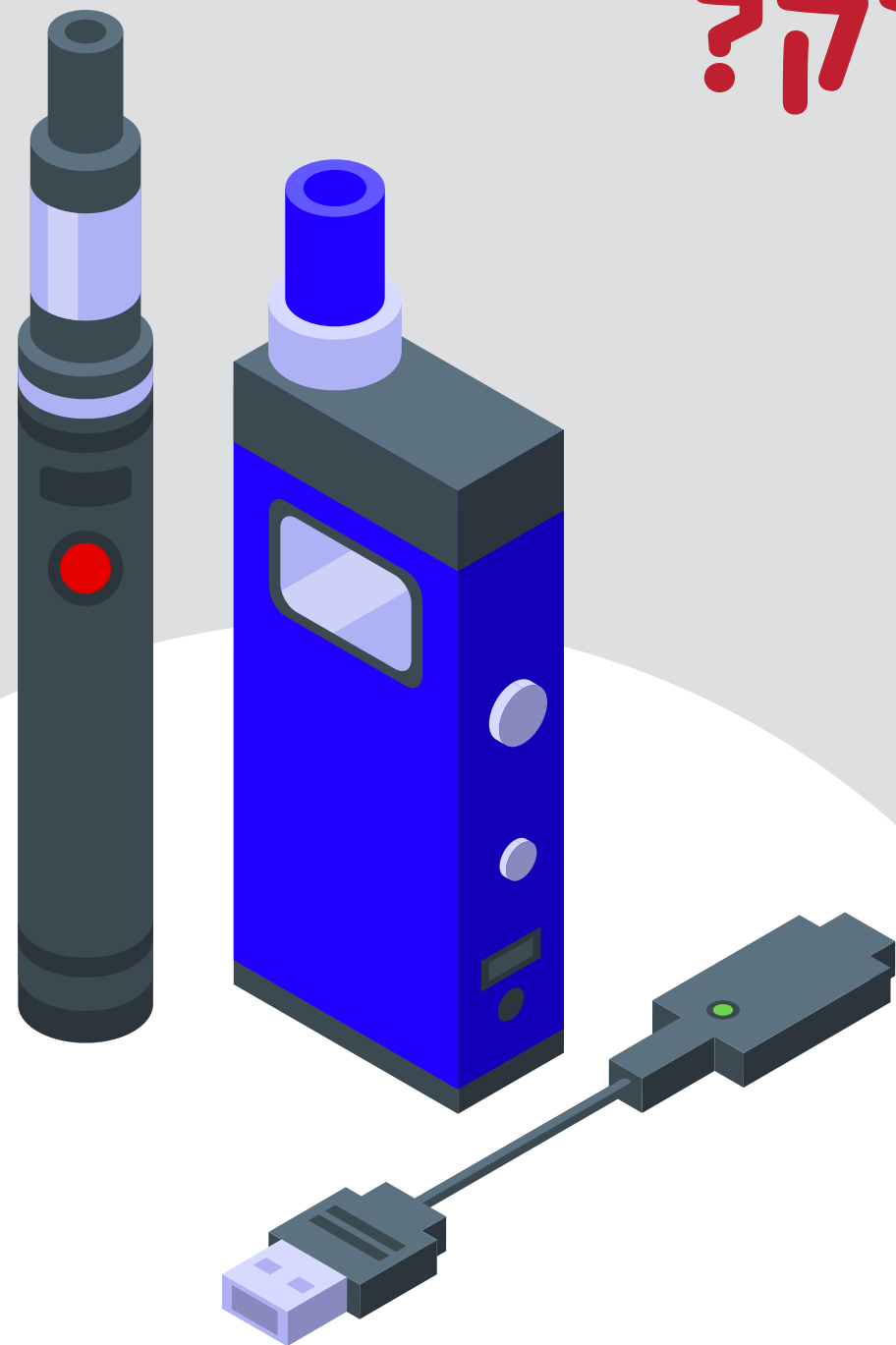
* הרסס הנפלט בנשיפה יכול להזיק גם כן לסביבה ובכך לגרום לעישון כפוי

* מכיל לרוב ניקוטין שהוא חומר ממכר מאוד הנמצא גם בסיגריות, נרגילות סיגרים ומוצרי טבק אחרים

* בישראל רואים עלייה בשימוש בסיגריות האלקטרוניות בעיקר בקרב בני הנוער וצעירים החל מכיתה ה'



אילו סוגי סיגריות אלקטרוניות קיימות בשוק?

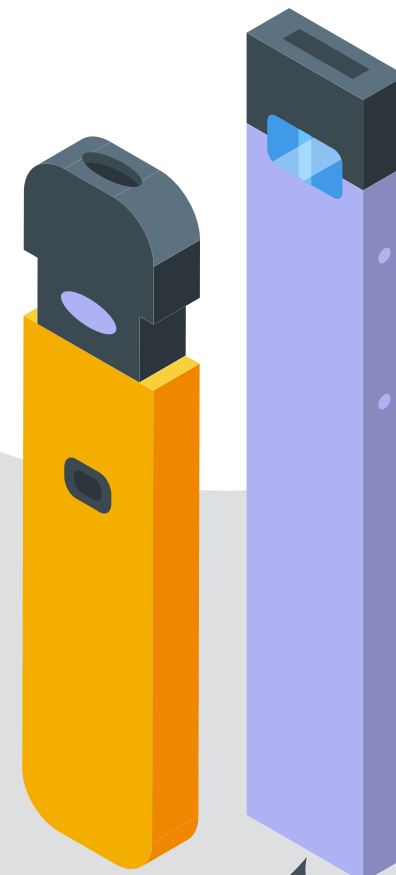


סיגריה אלקטרונית במערכת פתוחה -

יש צורך להטעין את הסוללה ולמלא את הנוזל. במערכת פתוחה ניתן למלא בכל נוזל מילוי שרוצים

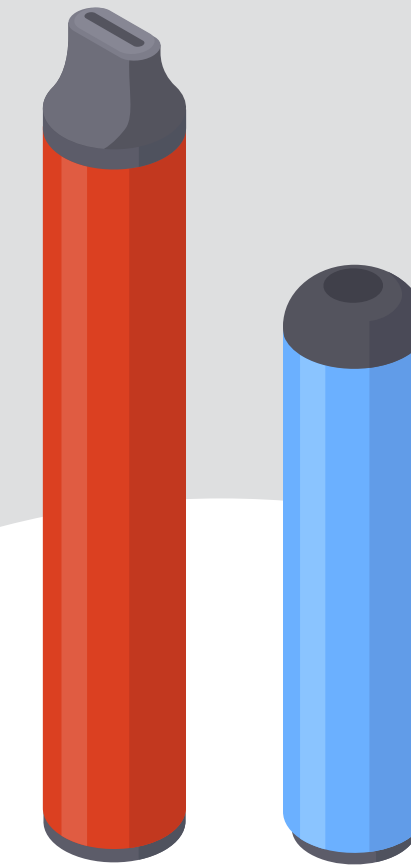
סיגריה אלקטרונית במערכת סגורה -

יש להטעין את המכשיר ולהכניס "מחסנית" המכילה את הנוזל מוכן בתוכה



סיגריה אלקטרונית חד פעמית -

המכשיר מגיע מוכן מראש לשימוש. הבטרייה מוטענת ואין יכולת להטעינה שוב, הנוזל כבר קיים בפנים וכל מה שצריך זה פשוט לשאוף. מגיעה לרוב במספר שאיפות שונה (2500, 3000, 7000 שאיפות) המושפע מגודל הסוללה ומכמות הנוזל בתוכה





רגולציה של סיגריות אלקטרוניות/ מה החוק אומר?

- * מוגדרות כמוצר עישון לכל דבר על פי חוק איסור פרסומת והגבלת השיווק של מוצרי טבק ועישון, תשמ"ג 1983
- * על פי חוק זה חל איסור על מכירתן לקטינים מתחת לגיל 18
- * אסור לחלק מוצרים אלו באירועים ויש למכור אותם בחפיסות אחידות
- * אחוז הניקוטין במוצרים אלו מוגבל ל- 2% על פי החוק
- * אסורות לעישון במרחבים הציבוריים על פי חוק (בתי ספר, חנויות וכו') והעובר על החוק צפוי לקנס של 1,000 ש"ח

18+

אילו חומרים נמצאים ברסס של הסיגריה האלקטרונית?

הרסס שהמשתמשים שואפים מהמכשיר מכיל חומרים מזיקים ובעלי פוטנציאל נזק משמעותי:

חומרים אורגניים

מתכות כבדות כמו ניקל, עופרת, בדיל

חומרים קרצינוגנים (עלולים לגרום לסרטן)

ניקוטין

יש המוסיפים חומרים פסיכואקטיביים המשפיעים על המוח כגון THC

חומרי טעם וריח

קשה למעשנים לדעת אילו חומרים נמצאים בסיגריות האלקטרוניות ומהם ריכוזי החומרים. נמצאו מוצרים בהם היה כתוב על האריזה כי המוצר אינו מכיל ניקוטין ובפועל כן היה ניקוטין בנוזל

מניפולציות של חברות הטבק



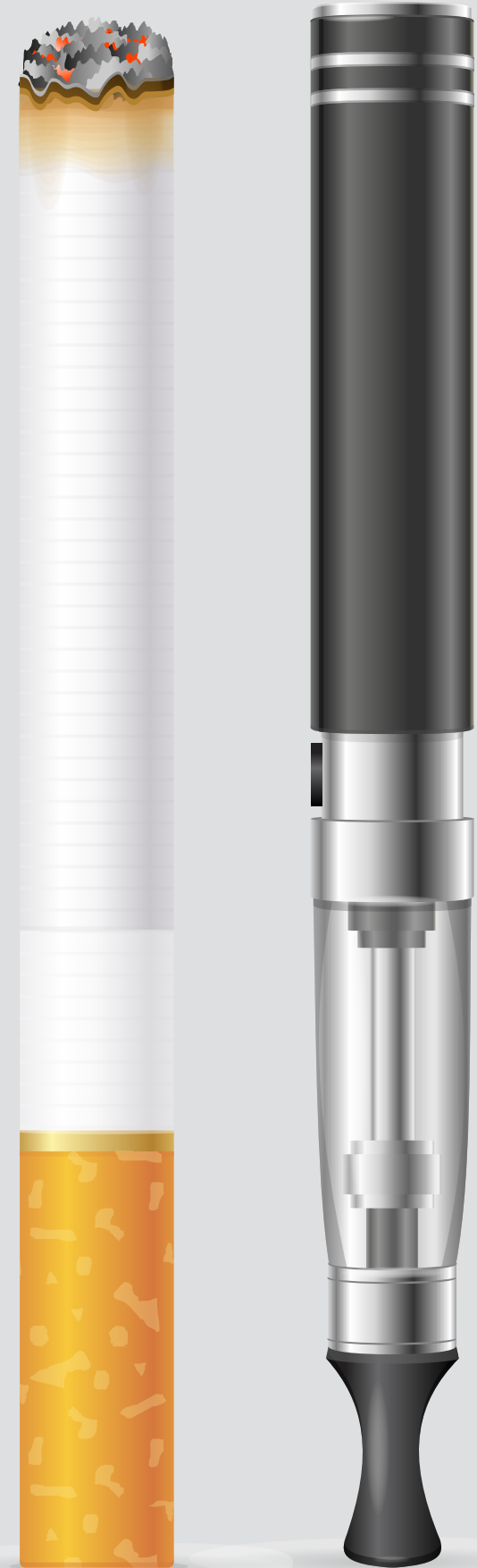
חברות הטבק מנסות כל הזמן ליצור מוצרי עישון "מופחתי נזק" אולם בפועל המוצרים בעלי נזק רב לבריאות הציבור ומייצרים סכנות חדשות



הסיגריות האלקטרוניות נמכרות בצבעים ובטעמים שמכוונים לבני נוער



הסיגריה האלקטרונית מרגישה "קלה" יותר ופחות מחניקה או מסריחה ולכן היא מאפשרת שימוש רב יותר בתדירות גבוהה יותר מגיל צעיר יותר



מה הן ההשפעות הבריאותיות של סיגריות אלקטרוניות?

התנסות בסיגריה אלקטרונית מהווה שער כניסה לעולם העישון מה שלעיתים רבות הופך לשימוש בסיגריות באופן יום יומי

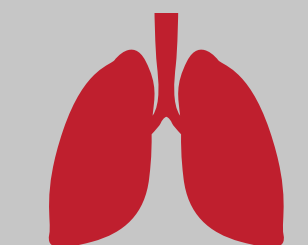



- * ממכר מאוד
- * משפיע על המוח המתפתח של בני הנוער עד לאמצע שנות ה-20
- * גורם להפרעות קשב, פגיעה בזכרון, חרדה, דכאון והפרעות נפשיות
- * משפיע על לחץ הדם וקצב הלב
- * קיים חשש להרעלת ניקוטין מצריכה מוגברת
- * תסמיני הרעלת ניקוטין יכולים להיות כאבי ראש ובחילות
- * רעיל מאוד לנשים בהריון, לעובר המתפתח ולתינוקות



השפעות לטווח קצר:


טראומה וכוויות בעקבות סכנת פיצוץ של המכשיר


פגיעה בריאות וירידה בתפקודי הריאה, מחלת המאיידים (EVALI) העלולה לגרום לקריסת ריאות


סכנת בליעה, שאיפה או ספיגה של נוזלי המילוי שעלולה לגרום להרעלה בייחוד של ילדים קטנים

עישון כפוי

- * השימוש בסיגריה אלקטרונית גם בזמן השימוש וגם אחריו מזיק לסביבה ובמיוחד לילדים קטנים
- * האדים היוצאים מהסיגריות האלקטרוניות הם תרסיס של טיפות זעירות
- * טיפות אלו מכילות ניקוטין, מתכות כבדות וכימיקלים שונים אשר נוחתים על הבגדים, על הרהיטים ועל הרצפה ומשחררים גזים רעילים לסביבה גם ימים לאחר השימוש



מהי מחלת המאיידים הנקראת EVALI?

- * מחלה העלולה להגרם בטווח הקצר משימוש בסיגריות אלקטרוניות
- * מחלה ייעודית לשימוש במוצר זה
- * הסימנים למחלה הם חום, שיעול, קושי בנשימה, לחץ בחזה, כאב בטן וסימנים נוספים
- * המחלה יכולה לגרום לפגיעה ארוכת טווח לריאות ואף לקריסתן עד לצורך בהשתלה
- * בשנת 2020 דווחו בארצות הברית 2807 מקרים של המחלה ו- 68 מקרי מוות בעקבות המחלה. במקרים רבים נמצא כי נוזל האיוד הכיל חומר בשם Vitamin E-Acetate



כיצד נתמודד עם תופעת העישון של הסיגריות האלקטרוניות?

המלצות משרד הבריאות על פי מודל ארגון בריאות העולמי (WHO)

ניטור, קידום
סקרים והערכה
Monitor

שמירה
והגנה מפני
עישון כפוי
Protect

הצעת
תכניות לגמילה
Offer

אזהרות מנזקי
מוצרי הטבק
והעישון
Warn

אכיפת
החוקים העוסקים
בצמצום העישון
ונזקיו
Enforce

העלאת מיסוי
על הסיגריות
האלקטרוניות ועל
מוצרי העישון בכלל
Raise tax

מה אנו יכולים לעשות כדי למנוע מילדינו להשתמש בסיגריות אלקטרוניות או לעזור להם להפסיק?

* ראשית הכירו את העובדות וחקרו את הנושא באתרים אמינים

<https://www.gov.il/he/departments/guides/electronic-cigarette-smoking>

<https://www.efsharibari.gov.il/well-being/smoking-prevention/electronic-cigarettes>

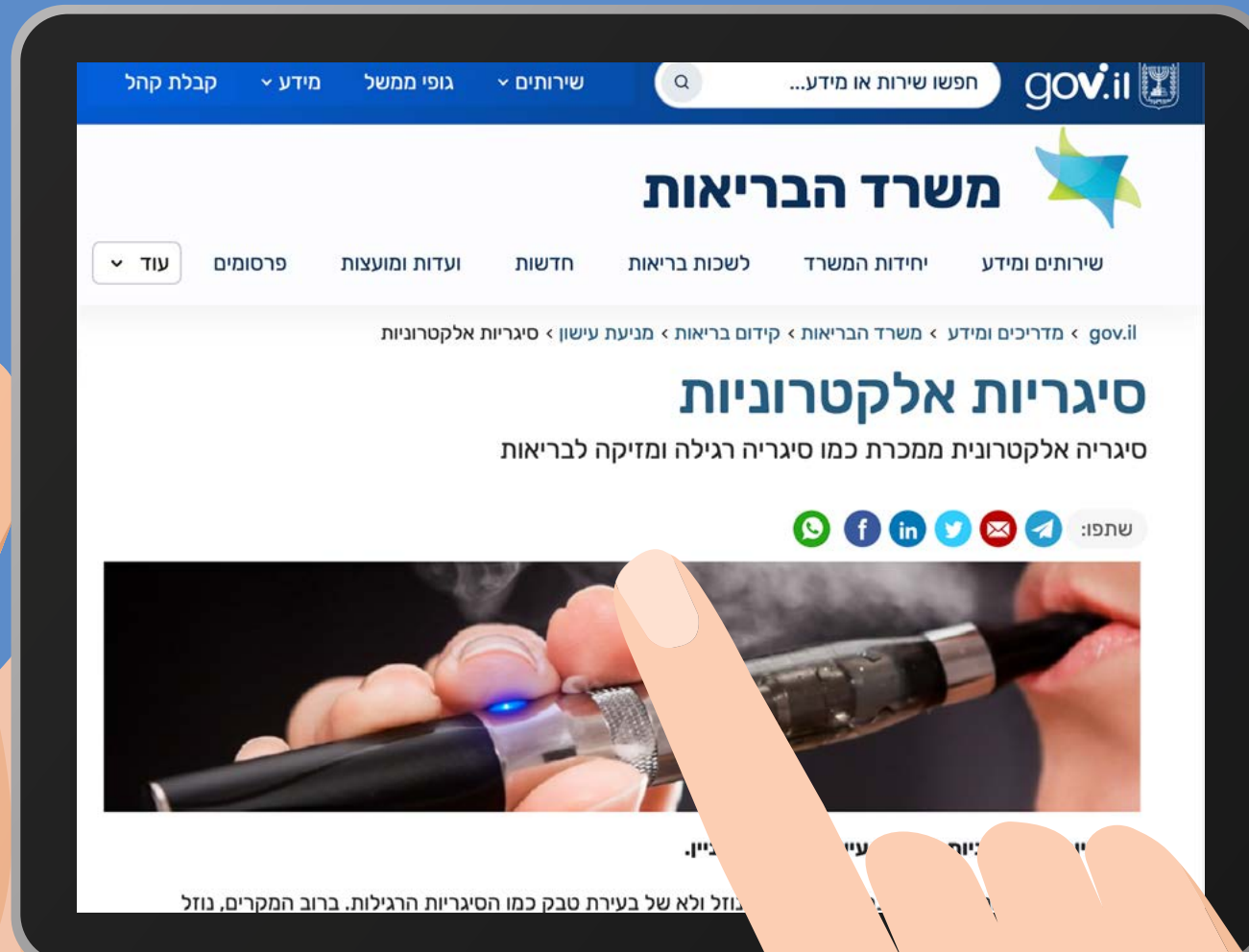
* תנו דוגמה טובה בכך שתשמרו על סביבתכם נקייה מעישון

* אם אתם מעשנים בעצמכם אף פעם לא מוקדם להפסיק.

התקשרו עוד היום אל המוקד הטלפוני הלאומי לגמילה מעישון ***6800** או פנו לקופת החולים

* שוחחו עם ילדיכם שיחה לא שיפוטית אך מודאגת

על הסכנות בשימוש בסיגריה האלקטרונית



***6800**



מה אנו יכולים לעשות כדי למנוע מילדינו להשתמש בסיגריות אלקטרוניות או לעזור להם להפסיק?

* שוחחו עם מורה או מנהל בית הספר בו מתחנך ילדיכם
על האכיפה של מדיניות מניעת עישון בבית הספר
ותוכניות הלימוד בנושא

* היו פעילים ודווחו על הפרה של החוק האוסר מכירה של
מוצרים המכילים ניקוטין למי שטרם מלאו לו 18

* אם ילדכם משתמש בסיגריה האלקטרונית ומתקשה
להפסיק, עודדו אותו לפנות לליווי מקצועי במוקד הטלפוני
הלאומי לגמילה מעישון של משרד הבריאות
או פנו לקופת החולים שלכם *6800



*6800

סיגריות אלקטרוניות - מה השורה התחתונה?

! עלולות לגרום לנזק בריאותי משמעותי בטווח הקצר ובטווח הארוך

! אינן בטוחות לצעירים, לבני נוער, נשים בהריון או מבוגרים

! אינן מהוות אמצעי לגמילה מניקוטין

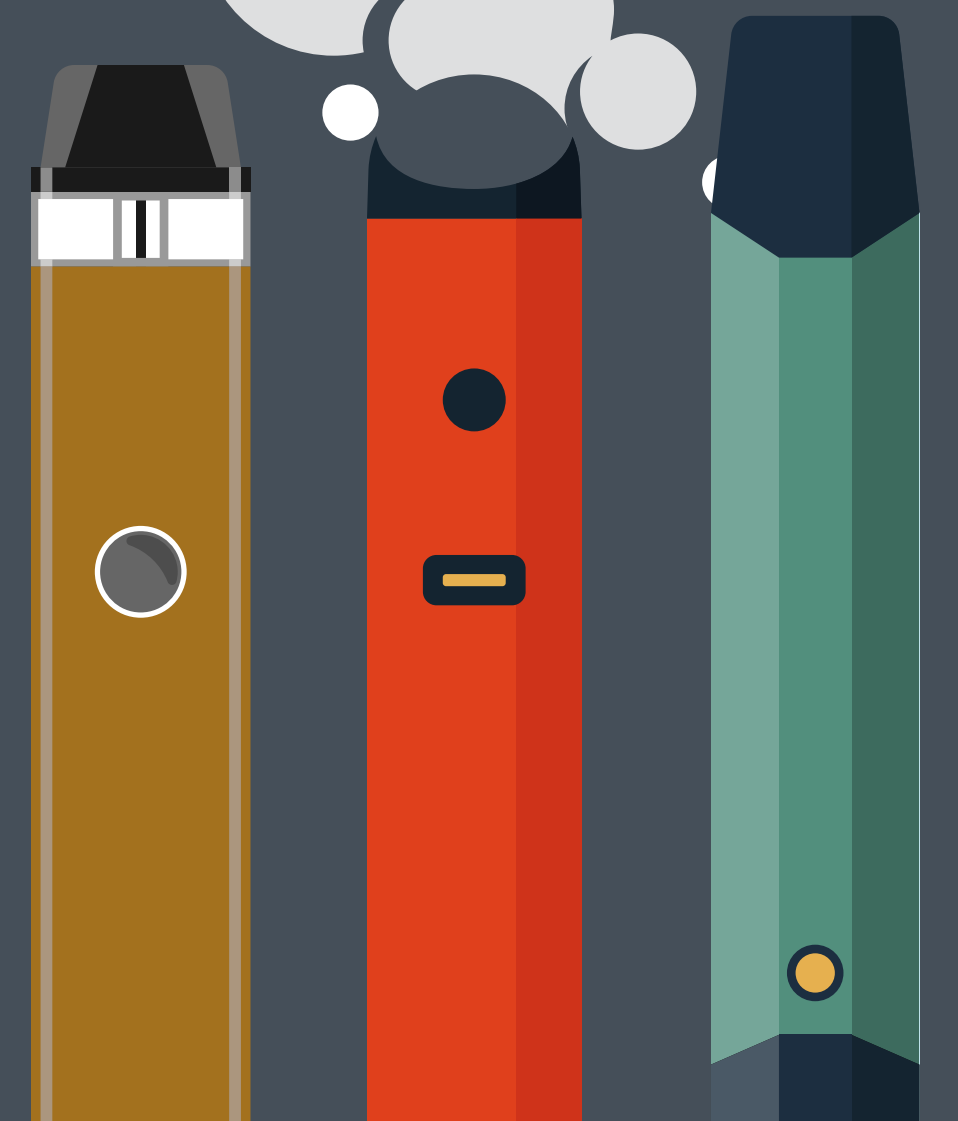
! מכילות ניקוטין ברמות גבוהות ועלולות לגרום להתמכרות קשה מאוד

! מזיקות הן למשתמש בהם והן לסביבתו

! אם אתם מעוניינים להפסיק להשתמש בסיגריות רגילות או אלקטרוניות התקשרו עוד היום ל-

***6800**

המוקד הטלפוני הלאומי לגמילה מעישון של משרד הבריאות או פנה לקופת החולים



אין מחיר
לחופש ולבריאות



משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר

