

فوائد و أضرار السجائر الإلكترونية

منذ اكتشاف أضرار التبغ شهدت الأسواق بدائل كثيرة من أجل المساعدة على الإقلاع عن التدخين مثل مضغ العلكة و لصقة النيكوتين. و أخيرا تشهد السجائر الإلكترونية إقبالا كبيرا في كثير من الدول كبديل للسيجارة التقليدية. فكيف تعمل هذه السيجارة؟

السيجارة الالكترونية هي عبارة عن قطعة من البلاستيك على شكل سيجارة في الشكل و الحجم مكونة من ثلاثة أجزاء: بطارية يمكن إعادة شحنها و لفافة صغيرة قابلة للاستبدال يوضع فيها سائل و مبخر يعمل بالكهرباء و يخرج منه البخار.

تعمل السيجارة الإلكترونية بواسطة بطارية للتسخين أو على نحو أدق لتبخير السائل الذي تحتوي عليه اللفافة. يتكون هذا السائل من البروبيلين غليكول (Propylene Glycol) والغليسيرين النباتي (Glycerol) بالإضافة إلى المنكهات وبعض الماء و الكحول و النيكوتين، و توجد لفافة التبغ في جرعات مختلفة، فهي إما عالية النيكوتين أو متوسطة أو منخفضة أو حتى من دون نيكوتين. وقد حددت وكالة الأمن القومي للدواء نسبة النيكوتين في السجائر الالكترونية ما بين 10مغ/مل كأدنى قيمة و 20مغ/مل كأقصى قيمة.

فمنذ أن قدمت إحدى الشركات الصينية أول سيجارة إلكترونية في مايو 2004 و الجدل مستمر حولها لاسيما بعد أن أعلنت الشركة المنتجة أنها باعت نحو 600 ألف سيجارة في نهاية عام 2011، وفي عام 2013 وصلت المبيعات العالمية إلى نحو 4 مليار دولار، و ارتفع عدد مستخدميها في عام 2009 من 0,6% إلى 6%. فهل ستساعد السيجارة الإلكترونية المدخنين على الإقلاع عن هذه العادة الضارة؟

في دراسة قامت بها جامعة جنيف، حول تأثير بخار البروبيلين جليكول على حيوانات تم تعريضها بشكل دائم لجرعات عالية منه، فقد أظهرت النتائج عدم ارتفاع نسبة الوفيات و انتفاء خطر ظهور السرطان أو أية آثار صحية أخرى خطيرة إلا النزيف في الأنف و التهيج في الجلد و العينين و الأنف و الفم و ذلك راجع لكون البروبيلين جليكون جاذب للرطوبة. بالنسبة للجليسرين النباتي فمشاكله أعوص، فعندما يتم تسخينه لدرجات عالية جدا من الحرارة ينتج الأكرولين (Acrolein)، وهي مادة معروفة بإتلاف الرئة و الجهاز القلبي الوعائي.

و أظهرت نتائج دراسة أخرى أجريت في جامعة كومونولث بفرجينيا أن السجائر الإلكترونية التي تعمل على تبخير محلول النيكوتين بدلا من حرق مادة التبغ ليست ضارة بالصحة و أن المدخنين الذين يستعملون هذه السجائر لا يحصلون على المواد الضارة الموجودة في السجائر التقليدية مثل القطران.

ويقول الدكتور ستيفن شرويدر، اختصاصي الإقلاع عن التدخين في المركز الطبي لجامعة كاليفورنيا بسان فرانسيسكو: "النيكوتين ليس المسبب الوحيد للسرطان، و تدخين و استنشاق النيكوتين النقي ربما يكون خطرا، لكن ليس لدينا أدلة على تأثيره على الصحة، وأثبت العلاج ببدائل عن التدخين – اللاصقات الطبية والعلكة – سلامة و نجاحا فائقين في مساعدة المدخنين على الإقلاع عن التدخين.

و مع ذلك، فالنيكوتين يساعد على الإدمان، بالإضافة إلى أن 50 ملغ منه كافية لقتل إنسان بالغ. وهذه الكمية يدخنها المدخن في يوم واحد فقط. لكن لا يحتفظ الجسم لحسن الحظ بكل هذه الكمية، و يمكن لمدخن السيجارة الإلكترونية التحكم في كمية النيكوتين، كما يمكنه الاستغناء عنه نهائيا. و لهذا تبقى السيجارة الإلكترونية مسألة معلقة، على الأقل صحيا، لقلة الدراسات العلمية حول آثارها.