

## IQOS: New Kid in Smoking Town!!

Γεώργιος Σ. Γκουμάς

Αν. Διευθυντής Καρδιολογικής Κλινικής, Εύρωκλινική Αθηνών

Ο βλαπτικότερος ψυχοδραστικός παράγοντας για την ανθρώπινη υγεία είναι χωρίς αμφιβολία τὸ κάπνισμα, δεδομένων τῶν ὀλέθριων συνεπειῶν τοῦ καπνοῦ συνολικὰ στὸ καρδιαγγειακό, τὸ ἀναπνευστικὸ καὶ τὰ ἄλλα συστήματα τοῦ ἀνθρωπίνου ὀργανισμοῦ, ἀλλὰ καὶ τὴν ἐξάρτηση τὴν ὁποία προκαλεῖ λόγω τῆς νικοτίνης. Οἱ νομοθετικὲς ρυθμίσεις, ποὺ ἔχουν ἐπιβληθεῖ στὶς περισσότερες ἀναπτυγμένες χώρες τοῦ κόσμου καὶ ἀπαγορεύουν τὸ κάπνισμα στοὺς δημόσιους χώρους, ἔχουν καταφέρει ἕνα σημαντικὸ πλήγμα τὰ τελευταῖα χρόνια στὶς καπνοβιομηχανίες, ποὺ βλέπουν τὸν τζίρο τους νὰ πέφτει σταθερὰ καὶ τὰ κέρδη τους νὰ ἐξανεμίζονται. Σὲ αὐτὴ τὴν κατεύθυνση ἔχουν βοηθήσει σημαντικὰ καὶ ἡ ἐνημέρωση γιὰ τὶς ἐπιπτώσεις τοῦ καπνίσματος, ἡ αὔξηση τῶν τιμῶν τῶν τσιγάρων, καθὼς καὶ ἡ ὑπαρξη ἀποτελεσματικῶν φαρμακευτικῶν παρεμβάσεων γιὰ τὴ διακοπὴ τοῦ καπνίσματος.

Ἦδη ἀπὸ τὸν Μάιο τοῦ 2016 ὅλα τὰ κράτη τῆς Εὐρωπαϊκῆς Ἑνώσεως εἶναι ὑποχρεωμένα νὰ συμμορφωθοῦν μὲ τὴν ντιρεκτίβα γιὰ τὰ προϊόντα καπνοῦ (Tobacco Products Directive {TBD}). Τὸ καλοκαίρι ποὺ μᾶς πέρασε, ὁ Ἀμερικανικὸς Ὄργανισμὸς Φαρμάκων καὶ Τροφίμων (FDA) ἀνακοίνωσε ἕνα λεπτομερὲς σχέδιο γιὰ τὸν ἔλεγχο τοῦ καπνίσματος καὶ τῆς ἐξάρτησης ἀπὸ τὴν νικοτίνη. Σύμφωνα μὲ τὸ σχέδιο αὐτό, τὸ FDA μέσα στὸ ἐπόμενο διάστημα σκοπεύει νὰ ξεκινήσει μιὰ συζήτηση γιὰ τὴ μείωση, στὰ παραδοσιακὰ τσιγάρρα, τῶν ἐπιπέδων νικοτίνης, σὲ ἐπίπεδα μὴ ἐθιστικά, ἀφοῦ ἂν καὶ ἡ νικοτίνη δὲν εἶναι ἄμεσα

ὑπεύθυνη γιὰ τὶς περισσότερες βλαπτικὲς ἐπιδράσεις τοῦ τσιγάρου, ὡστόσο εἶναι αὐτὸ ποὺ συντηρεῖ τὴν ἐξάρτηση καὶ δυσκολεύει τὴ διακοπὴ τοῦ καπνίσματος. Ἐπιπλέον, τὸ FDA ἐνθαρρύνει τὴν ὑποβολὴ προτάσεων γιὰ νέα προϊόντα καπνοῦ, εἴτε καιγόμενου εἴτε ὄχι, μὲ σκοπὸ τὴν ἀνασκόπηση καὶ τὸν καθορισμὸ συγκεκριμένων προδιαγραφῶν ποὺ θὰ ἐξασφαλίζουν τὴ μεγαλύτερη δυνατὴ ἀσφάλεια κατὰ τὴ χρῆση τῶν προϊόντων αὐτῶν. Ἡ λογικὴ σὲ αὐτὴν τὴν περίπτωσι εἶναι ὅτι, ἀφοῦ κάποιοι καπνιστὲς τσιγάρων δὲν ἔχουν τὴ διάθεση ἢ τὴ δυνατότητα νὰ διακόψουν τὴ θανατηφόρα αὐτὴ συνήθεια, μποροῦν νὰ διευκολυνθοῦν, ὥστε νὰ τὴν ἀντικαταστήσουν μὲ ἕναν τρόπο χορήγησης νικοτίνης, ποὺ θὰ εἶναι λιγότερο βλαβερός. Ὡς ἕνα τέτοιο προϊόν διαφημίζεται τὰ τελευταῖα χρόνια τὸ ἠλεκτρονικὸ τσιγάρο καὶ τὸ FDA ἀναφέρεται μὲ σαφήνεια στὴν ἀνάγκη υἱοθέτησης συγκεκριμένων προδιαγραφῶν, ποὺ θὰ προστατεύουν τὸ κοινὸ ἀπὸ γνωστοὺς κινδύνους ἀπὸ τὴ χρῆση του, ὅπως εἶναι προβλήματα σχετιζόμενα μὲ τὴν μπαταρία τοῦ ἠλεκτρονικοῦ τσιγάρου ἢ τὴ δυνητικὰ πολὺ ἐπικίνδυνη ἔκθεση μικρῶν παιδιῶν στὴν ὑγρὴ νικοτίνη.

Οἱ καπνοβιομηχανίες, στὴν προσπάθεια ποὺ κάνουν προκειμένου νὰ διατηρήσουν τὰ τεράστια κέρδη τους, φαίνεται νὰ στοχεύουν ἀπὸ τὴ μιὰ μεριὰ στὴ διάδοση τῆς συνήθειας τοῦ καπνίσματος στὶς ἀναπτυσσόμενες χώρες καὶ ἀπὸ τὴν ἄλλη στὴ διάδοση καὶ προώθηση ἐναλλακτικῶν προϊόντων καπνοῦ στὶς ἀναπτυγμένες χώρες τοῦ Δυτικοῦ Κόσμου. Τὰ τελευταῖα στοιχεῖα ἀπὸ τὶς



Ἡνωμένες Πολιτεῖες δείχνουν ὅτι ἡ βιομηχανία τοῦ ἠλεκτρονικοῦ τσιγάρου ἔφτασε ἓνα τζιρο τῆς τάξης τῶν 2 δις δολαρίων τὸ χρόνο, ἐνῶ ὑπάρχουν προβλέψεις ὅτι στὰ ἐπόμενα 10 χρόνια θὰ ξεπεράσει τὴ βιομηχανία τῶν παραδοσιακῶν τσιγάρων, τῆς ὁποίας ὁ ἐτήσιος τζιρος φτάνει τὰ 85 δις δολάρια! Παράλληλα, ἡ Phillip Morris ἔχει ἀναπτύξει τὰ τελευταῖα χρόνια καὶ ἓνα καινούργιο προϊόν, ποὺ διαφημίζεται ὡς μιὰ συσκευή πού, ἀντὶ νὰ προκαλεῖ καύση, προκαλεῖ θέρμανση τοῦ καπνοῦ μὲ ἀποτέλεσμα τὴν παραγωγή λιγότερων βλαβερῶν οὐσιῶν καὶ ἡ συσκευή αὐτὴ ὀνομάζεται IQOS. Ἔτσι, μαζί μὲ τὸ μεγάλο ἀριθμὸ ἐπιχειρήσεων ποὺ ἐμπορεύονται ἠλεκτρονικὰ τσιγάρια, ἐμφανίζονται στὴ χώρα μας καὶ πολλὰ καταστήματα ἐμπορίας IQOS, ποὺ ἐνθαρρύνουν τὴ διακοπὴ τοῦ καπνίσματος παραδοσιακοῦ τσιγάρου καὶ τὴ στροφὴ πρὸς τὰ καινούργια προϊόντα. Ἡ κατανάλωση αὐτῶν τῶν προϊόντων ἀυξάνεται μὲ μεγάλη ταχύτητα καὶ δὲν φαίνεται νὰ εἶναι χωρὶς σημαντικούς κινδύνους γιὰ τὴν ὑγεία μας. Ἡ σωστὴ ἐνημέρωση ὄλων τῶν ἰατρῶν εἶναι ἀπαραίτητη καὶ ἐπιβεβλημένη, προκειμένου αὐτοὶ μὲ τὴ σειρά τους νὰ ἐνημερώσουν τοὺς ἀσθενεῖς

τους ἀλλὰ καὶ γενικότερα ὅλους τοὺς ἐνδιαφερόμενους. Ἡ στήλη αὐτὴ ἔχει ἀσχοληθεῖ ἀρκετὲς φορὲς μὲ τὸ θέμα τοῦ ἠλεκτρονικοῦ τσιγάρου, ὁπότε εἶναι καιρὸς νὰ ἀναφερθοῦμε μὲ λίγες περισσότερες λεπτομέρειες καὶ στὸ IQOS.

Τὸ IQOS διαφημίζεται ὡς ἓνα πρωτοπορικὸ σύστημα θέρμανσης καπνοῦ, ποὺ θερμαίνει πραγματικὸ καπνὸ, χωρὶς νὰ τὸν καίει, ὥστε νὰ παρέχει γεύση καπνοῦ, χωρὶς φωτιὰ καὶ χωρὶς στάχτη. Πόσο ἀκριβὴς ὅμως εἶναι αὐτὴ ἡ περιγραφή; Στὴν πραγματικότητα, καὶ στὴν περίπτωση τοῦ IQOS, ὅπως καὶ στὸ συμβατικὸ τσιγάρο, τὸ τσιγάρο ποὺ εἰσάγεται στὴν συγκεκριμένη ἠλεκτρονικὴ συσκευή ὑφίσταται καύση. Ἡ διαφορὰ εἶναι ὅτι στὴν περίπτωση τοῦ συμβατικοῦ τσιγάρου ἡ καύση γίνεται περίπου στοὺς 800 βαθμοὺς κελσίου, ἐνῶ στὴν περίπτωση τοῦ IQOS γίνεται ἀρκετὰ πῶς χαμηλὰ στοὺς 300 βαθμοὺς κελσίου. Τὸ ὅτι στὴν πραγματικότητα μιλάμε γιὰ καύση σὲ χαμηλότερη θερμοκρασία ἐπιβεβαιώνεται καὶ ἀπὸ τὰ εὐρήματα πειραματικῶν μελετῶν, ποὺ ἔχουν δεῖξει ὅτι κατὰ τὴ διαδικασία χρήσης τοῦ IQOS παράγεται μονοξείδιο τοῦ ἀνθρακα: ἡ παραγωγή του προϋποθέτει τὴν ὑπαρξὴ καύσεως

και όχι απλής θέρμανσης. Επίσης, επιβεβαιώνεται και από τη μυρωδιά ενός IQOS αμέσως μετά τη χρήση του, που είναι ακριβώς όμοια με αυτή ενός σταχτοδοχείου. Τέλος, επιβεβαιώνεται και από το αίσθημα μικρής ζάλης που σου προκαλεί, ακριβώς όπως το συμβατικό τσιγάρο, και που δεν προκαλεί το ηλεκτρονικό, αφού αυτό το αίσθημα προκαλείται από το μονοξείδιο του άνθρακα και άλλα προϊόντα καύσης του καπνού.

Το IQOS διαφέρει από το ηλεκτρονικό τσιγάρο, αφού χρησιμοποιεί αληθινό καπνό και όχι την αρωματισμένη υγρή νικοτίνη, που τυπικά περιέχεται στα ηλεκτρονικά τσιγάρα. Η ομοιότητά τους βρίσκεται στο ότι και στις δυο περιπτώσεις παράγεται ένα εισπνεόμενο νεφέλωμα, ή δημιουργία του οποίου προϋποθέτει την παρουσία φυτικής γλυκερόλης. Αυτή η διαδικασία όμως οδηγεί στην παραγωγή καρκινογόνων καρβονυλικών ενώσεων σε ύψηλες συγκεντρώσεις, με άγνωστες ακόμη συνέπειες στην υγεία αυτών που θα τα χρησιμοποιήσουν για πολλά χρόνια. Άρκετες μελέτες, οί περισσότερες από τις οποίες έχουν χρηματοδοτηθεί από την παραγωγό εταιρεία, αναφέρουν ότι κατά την καύση του τσιγάρου με τη συσκευή IQOS παράγονται, σε αρκετά μικρότερες ποσότητες, οί ιδιαίτερα βλαβερές ουσίες που παράγονται κατά την καύση ενός συμβατικού τσιγάρου. Αυτό, και με βάση την κοινή λογική, έχει μεγάλη πιθανότητα να είναι ακριβές, αφού πρόκειται για καύση σε χαμηλότερη θερμοκρασία, όμως δεν αρκεί για να

μᾶς καθησυχάσει και να συστήνουμε χωρίς επιφυλάξεις τη χρήση του IQOS. Το πόσο λιγότερο βλαβερό είναι, μπορεί να φανεί μόνο από σωστά σχεδιασμένες μακροχρόνιες μελέτες και τὰ ἀποτελέσματα τῶν μελετῶν αὐτῶν, ἂν ποτὲ γίνουν, δὲν θὰ εἶναι διαθέσιμα, παρὰ μόνο ἀφοῦ περάσει ἓνα μεγάλο χρονικὸ διάστημα. Ἔτσι, τὸ προῖον αὐτὸ θὰ συνεχίσει νὰ διαφημίζεται και νὰ κυκλοφορεῖ για πολλὰ χρόνια στὴν ἀγορά, χωρὶς νὰ ξέρουμε τίς πραγματικὲς ἐπιπτώσεις τῆς χρήσης του στὴν υγεία μας και μπορεί νὰ περάσει πολὺς καιροὺς μέχρι νὰ συνειδητοποιήσουμε ὅτι μιὰ ἀπλὴ σφαῖρα μπορεί νὰ ἀφαιρέσει τὴ ζωὴ μας ἐξίσου εὔκολα με μιὰ πυρηνικὴ βόμβα!

Οί συσκευὲς αὐτές, ὅπως και τὸ ηλεκτρονικὸ τσιγάρο, μπορεί νὰ ἐνθαρρύνουν μὴ καπνιστὲς νὰ δοκιμάσουν και τὰ κανονικὰ τσιγάρα, εἰδικὰ ἀπὸ τὴ στιγμή που θὰ ἔχουν ἐθιστεῖ στὴ νικοτίνη και ἡ χρήση τοῦ κανονικοῦ καπνοῦ θὰ προσφέρει τὴν ἴδια, ἂν ὄχι και ἀκόμα μεγαλύτερη, εὐχαρίστηση. Επίσης, ὅπως και τὸ ηλεκτρονικὸ τσιγάρο, μπορεί νὰ ἐπιτρέψουν σε πολλοὺς καπνιστὲς τὴ διπλὴ χρήση, με ἐπιλογή τοῦ IQOS στοὺς χώρους που δὲν ἐπιτρέπεται τὸ κάπνισμα, ἀπομακρύνοντας τους ἔτσι ἀπὸ κάθε πιθανότητα διακοπῆς τοῦ καπνίσματος. Τέλος, ὅπως και τὸ ηλεκτρονικὸ τσιγάρο, ἀποτελοῦν ἐνδιαφέροντα και ἔλκυστικὰ για τὰ παιδιά μας παιχιδάκια, που μπορούν με ἀσφαλὴ τρόπο νὰ τὰ ὀδηγήσουν στὴν ἐξάρτηση ἀπὸ τὴν νικοτίνη.

