

Что такое курение табака через кальян?

Курение табака через кальян является формой потребления табака с помощью одностовольного или многостовольного инструмента для курения ароматизированного или неароматизированного табака, разработанного таким образом, что перед тем, как попасть к курильщику, дым проходит сквозь воду или другую жидкость. Являются ли “электронные кальяны”, “электронные шиша” или “ручки-кальяны” кальянами?

Нет. “Электронные кальяны”, “электронные шиша” или “ручки-кальяны” – это электронные системы доставки никотина. Эти устройства не связаны со сгоранием угля; как правило, они разработаны на основе подслащенной жидкости, содержащей никотин, которая электрическим образом нагревается для производства аэрозоля, который затем поступает в дыхательные пути. В отношении этих устройств в настоящее время проводятся исследования.

Кто использует табачные кальяны?

Исторически сложилось так, что кальяны были популярны среди коренного народа Африки и Азии, на протяжении как

использовали для курения главным образом крепкий неароматизированный табак, который был противен молодежи. Тем не менее, появление ароматизированного табака в начале 1990-х годов резко увеличило популярность кальяна среди молодых людей, начиная с Ближнего Востока⁽²⁾, а затем подобная популярность распространилась и в других странах и континентах, главным образом посредством университетов и школ⁽³⁻⁵⁾. Во многих странах, курение кальяна специальным образом не контролируется; Однако, систематический обзор исследований распространенности курения кальяна в различных популяциях и субпопуляциях показал тревожно высокое число его приверженцев, особенно среди учеников средних школ и студентов высших учебных заведений ближневосточного происхождения⁽⁶⁻⁸⁾. В регионе Восточного Средиземноморья (который включает в себя Ближний Восток и страны Северной Африки) самый высокий показатель распространенности использования кальяна в мире⁽⁹⁾, особенно среди молодых людей^(10, 11). Среди детей 13-15 лет из различных стран Восточного Средиземноморского региона, распространенность курения кальяна варьируется в пределах от 9% до 15%⁽¹²⁾.

молодых людей в регионе, распространенность курения кальяна увеличилась на 40% за последние 2 года наблюдения (с 13,3% до 18,9%; $p < 0,01$)⁽¹³⁾.

В других регионах ВОЗ, по которым имеются данные, курение табака через кальян, как правило, менее распространено, чем курение сигарет⁽¹⁴⁾. Курильщики кальяна, как правило, моложе и богаче, за исключением Индии и Вьетнама², где курильщиками обычно являются взрослые, сельские мужчины с низким уровнем образования, с похожим эпидемиологическим профилем, отражающим древнюю традицию курения кальяна на Ближнем Востоке. Эмпирические и неофициальные данные предвещают будущее увеличение популярности курения кальяна, ведь кальянные с огромной скоростью распространяются по всему миру.

Почему курение кальяна становится все более популярным, особенно среди молодых людей?

Некоторые из отличительных факторов, которые, по всей видимости, способствуют росту популярности курения табака через

минимум четырех столетий⁽¹⁾. В конце 19 века и первой части 20-го века, курение кальяна было популярно среди пожилых людей на Ближнем Востоке, которые

Кроме того, есть данные, указывающие на быстрый рост популярности кальяна в регионе; в одном продольном исследовании курения кальяна среди

кальян, включают:

1. Появление ароматизированного табака (маассел) – Оказывается, появление в 1990-х годах



Всемирная организация здравоохранения

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК О

КУРЕНИИ ТАБАКА ЧЕРЕЗ
КАЛЪЯН И ПОСЛЕДСТВИЯХ
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ



подслащенного ароматизированного табака для кальянов, который обычно называют маассел, связано с резким скачком популярности курения кальяна⁽¹⁵⁾. До маассела, курильщики кальяна использовали для курения свежие листья табака. Крепкий и резкий дым от свежих листьев табака резко контрастирует с мягким и ароматным дымом от маассела. Маассел выпускается во многих разновидностях и упрощает подготовку к курению кальяна⁽¹⁶⁾. Глобальные данные показывают, что большинство курильщиков кальяна, в особенности молодые курильщики, при курении кальяна предпочитают использовать маассел⁽¹⁷⁻¹⁹⁾.

2. Социальная приемлемость в связи с распространением культуры кафе и ресторанов – Совместное курение кальяна - это довольно популярное времяпровождение, особенно среди молодых людей^(16, 17, 20), и кафе и рестораны наживаются на этом, включая кальяны в свои меню. «Палатки Рамадана» в 1990х годах были особой формой кафе, которые предоставляли место для общения в течение священного для мусульман месяца Рамадан⁽²¹⁾. Кальяны стали неотъемлемой частью этих кафе, узаконив свое использование на общественных мероприятиях. Кальянные кафе и рестораны с огромной скоростью покоряют мир, культивируя тем самым эту форму потребления табака^(20, 22, 23).

3. Продвижение через средства массовой коммуникации и социальные медиа - Традиционные и новые средства массовой информации и Интернет уделяют все больше эфирного времени курению табака через кальян, часто демонстрируя подобное времяпровождение с положительной стороны. Один анализ видео о курении сигарет и кальяна на YouTube показал, что пользовательские видео об использовании кальяна менее склонны признавать негативные последствия курения для здоровья, чем видео о курении обычных сигарет⁽²⁴⁾. Кроме того, маркетологи и продавцы кальянов и табака для кальянов используют Интернет и социальные медиа для рекламы своей продукции под видом блогов и сообщений от заинтересованных групп⁽²⁵⁾.

4. Отсутствие конкретной политики и правил в отношении курения кальяна - Кальянная продукция и места для курения кальяна часто освобождаются от выполнения правил, направленных на борьбу с курением табака; а в странах, где существует подобная политика, особенно в развивающемся

мире, отсутствие механизмов ее реализации делает политику в отношении курения кальяна неэффективной^(26, 27).

5. Ошибочные представления об относительной безопасности курения кальяна - Убеждение, что то, что табачный дым проходит через воду, делает курение кальяна менее вредным, чем курение сигарет, является широко распространенным, и способствует его растущей популярности и приемлемости⁽²⁸⁾.

Является ли курение кальяна опасным для здоровья?

• **Дым кальяна токсичен.** Лабораторный анализ кальянного дыма выявил поддающиеся измерению уровни канцерогенных веществ (в том числе специфичных для табака нитрозаминов, полициклических ароматических углеводородов [ПАУ], летучих альдегидов, например, формальдегида и бензола), и токсикантов, таких как оксид азота и тяжелые металлы. Кроме того, сжигание угля генерирует высокие уровни окиси углерода (СО) и канцерогенных ПАУ⁽²⁹⁾. Эти токсичные вещества имеют отношение к наркомании, заболеваниям сердца и легких и к раку у курильщиков, и, если эти токсиканты поглощаются организмом в значительных количествах, могут приводить к аналогичным результатам и у курильщиков кальяна⁽³⁰⁾.

• **Курильщики кальяны в значительных количествах поглощают токсины и канцерогены из кальянного дыма.** Данные анализы биомаркеров, которые измеряют токсические и канцерогенные уровни в крови и моче курильщиков кальяна, показывают, что в результате курения кальяна курильщики подвергаются значительному воздействию этих соединений. Курильщики кальяна подвергаются гораздо большему воздействию СО, значительно большему воздействию ПАУ, аналогичному воздействию никотина и значительно более низкому воздействию специфичных для табака нитрозаминов, чем курильщики обычного табака^(31, 32).

• **Курение кальяна приводит к измеримым острым неблагоприятным физиологическим и медицинским последствиям.** Исследования документально подтверждают у курильщиков кальяна повышение сердечного ритма и кровяного давления, другие вредные острые сердечнососудистые эффекты, нарушение функции легких и переносимости физических нагрузок,

увеличение возникновения воспаления легких, обмороки и острые отравления угарным газом⁽³³⁻³⁸⁾.

• **Курение кальяна связано с многочисленными долгосрочными неблагоприятными последствиями для здоровья.** Систематические обзоры существующих исследований указывают на значительные связи между курением кальяна и раком легких, периодонтальными заболеваниями и низкой массой тела при рождении⁽³⁹⁾. Более поздние данные свидетельствуют о возможных связях с раком ротовой полости, пищевода, желудка и мочевого пузыря, а также с хронической обструктивной болезнью легких, сердечнососудистыми заболеваниями, инсультами, хроническим ринитом, мужским бесплодием, желудочнопищеводным рефлюксом и нарушением психического здоровья⁽⁴⁰⁻⁶⁷⁾.

Вызывает ли курение табака через кальян привыкание?

Данные показывают, что курение кальяна вызывает привыкание. Никотин – это вызывающее привыкание вещество, содержащееся в табаке, и он в значительных количествах присутствует в кальянном дыме. В плазме курильщиков кальяна после его курения значительно увеличивается уровень никотина, более того, они проявляют поведенческие симптомы никотиновой зависимости⁽⁶⁸⁻⁷³⁾. Хотя многие из показателей зависимости от кальяна схожи с зависимостью от курения сигарет, есть веские основания полагать, что табачная зависимость курильщиков кальяна имеет свои уникальные особенности, которые по-прежнему не признаны в моделях и инструментах, описанных в литературе, посвященной зависимости от сигарет⁽²⁸⁾. При отсутствии установленного и утвержденного набора конкретных мер в отношении табачной зависимости от курения кальяна, привыкание к кальяну в настоящее время значительным образом недооценивается.

А как насчет пассивного курения при курении табака через кальян?

Пассивное курение при курении кальянов является очень вредным. Многочисленные исследования документально подтверждают наличие значительных количеств СО, альдегидов, ПАУ, ультрадисперсных частиц и вдыхаемых твердых частиц в кальянном дыме при пассивном курении⁽⁷⁴⁻⁷⁸⁾. Курение кальяна приводит к большему количеству выбросов СО, ПАУ и летучих альдегидов, чем курение сигарет⁽⁷⁹⁾. Кроме того, прямые выбросы токсикантов при курении бестабачных смесей через кальян были равны или даже превышали выбросы при курении смесей на основе табака. Таким



образом, кальянный дым от бестабачных
продуктов также опасен.

