

Vapování bez nikotinu (e-cigarety s „0 mg“ liquidem) u dětí a dospívajících (ZŠ/SŠ): zdravotnický přehled pro školu

prim. MUDr. Miroslava Mašlánirová & Mgr. Kateřina Kloučková



Co jsou „vapky bez nikotinu“ a co typicky obsahují

- Vapování bez nikotinu = inhalace aerosolu z e-cigarety/jednorázového „vapu“, kde je liquid označen jako 0 mg nikotinu.
- Typické složky aerosolu/liquidu:
 - propylenglykol a rostlinný glycerin – nosiče,
 - aromata (mentol, sladké, ovocné, „drinkové“),
 - někdy chladivé přísady (např. „cooling agents“), sladidla; u nelegálních/neznačkových výrobků může být složení nejasné.
- I bez nikotinu jde o inhalaci chemických látek; aerosol není „vodní pára“.

Prakticky: „0 mg“ neznamená zdravotně neutrální. Navíc u části výrobků/šarží může být nikotin přítomen kontaminací nebo chybným značením.



Uváděná „pozitiva“ (motivace užívání)

Dospívající často uvádějí tyto motivy (nejedná se o doporučení, ale o subjektivně vnímané „benefity“):

- „je to jen pára“ / „je to bezpečnější než kouření“,
- chuť a vůně, zábava (triky s kouřem), sociální začlenění,
- u některých: pocit uklidnění při stresu (rituál, dýchání),
- možnost užívat tam, kde je kouření méně tolerované (diskrétnější než cigareta).

Zdravotnický komentář: u dospívajících je významná role návykového chování bez nikotinu (rituál, sociální posílení), které může být vstupní branou k nikotinovým produktům.



Farmakologické a klinické charakteristiky (stručně)

- Bez nikotinu chybí hlavní stimulující/návyková látka, ale přítomny jsou:
 - dráždivé účinky aromat na sliznice dýchacích cest,
 - možné toxické produkty tepelného rozkladu při přehřívání zařízení (závisí na výkonu, typu zařízení, stylu potahování).
 - Aerosol obsahuje jemné částice → mohou se ukládat v dýchacích cestách; dopad je individuální (astma, alergie).



Akutní nežádoucí účinky a akutní stavy (co může škola vidět)

Časté akutní nežádoucí účinky

- Dýchací cesty: dráždivý kašel, pálení v krku, chrapot, tlak na hrudi, dušnost (zejm. u astmatiků).
- Sliznice: suchost v ústech, podráždění nosu/krku, slzení.
- CNS: bolest hlavy, závratě (často při hluboké inhalaci, hyperventilaci nebo v uzavřeném prostoru).
- GIT: nevolnost (zejm. při intenzivním vapování, polknutí kondenzátu nebo při citlivosti na aroma).

Akutní stavy vyžadující zvýšenou pozornost

- Astmatický záchvat / bronchospasmus (zúžení průdušek) po expozici (vapování nebo pasivní aerosol).
- Výrazná dušnost, sípání, cyanóza (namodralé zbarvení kůže či sliznic) → urgentní stav.
- Popálení v oblasti úst (horký aerosol) nebo kontakt s horkými částmi zařízení (méně časté).
- Podráždění očí/krku ve třídě → kolektivní problém (ventilace).



Závislostní potenciál a „abstinenční“ projevy

- U 0 mg liquidů se typicky nevytváří farmakologická nikotinová závislost, ale může vznikat:
 - behaviorální návyk (rituál, automatické sahání po zařízení),
 - sociální závislost (parta, tlak vrstevníků),
 - „coping“ strategie na stres (vapo = uklidnění).
- Po omezení může být: podrážděnost, neklid, nutkání „něco dělat s rukama“ – spíše psychologické než nikotinové.



Dlouhodobá zdravotní rizika (přehled)

Respiratorní oblast

- Možné dlouhodobé dráždění dýchacích cest: chronický kašel, zvýšená reaktivita průdušek (zejm. u predisponovaných),
- zhoršení astmatu/atopických potíží u části uživatelů,
- nejistoty: dlouhodobé dopady inhalace aromat a aerosolů u adolescentů nejsou plně vyjasněny; princip předběžné opatrnosti je na místě.

Orální a ORL dopady

- Sucho v ústech, podráždění sliznic, chrapot; možné zhoršení aftů u citlivých.

Bezpečnostní rizika zařízení

- Riziko přehřívání a vzácně i selhání baterie (u nekvalitních výrobků/nesprávného nabíjení) → popáleniny.

„Gateway“ (vstupní riziko)

- U dospívajících je významné riziko přechodu na nikotinové vapování nebo jiné nikotinové produkty kvůli normalizaci chování a sociálnímu tlaku.



Interakce a kombinace (nejdůležitější riziková část)

- 0 mg vapo + nikotinové produkty (sáčky, vaping s nikotinem, cigarety): častá kombinace; uživatel může „střídat“.
- Vapování + astma: vyšší riziko bronchospasmu (zúžení průdušek); i pasivní aerosol může spustit potíže.
- Vapování + alkohol/konopí (u starších): zvyšuje riziko rizikového chování; u nelegálních cartridge/náplní (THC) existuje riziko těžkého poškození plic (EVALI – E-cigarette or Vaping Product Use-Associated Lung Injury) – to už ale není „bez nikotinu“ v čistém smyslu, spíše varování před neznámým obsahem.



Specifika rizika u dospívajících

- Vyšší citlivost dýchacích cest a častější astma/alergie,
- silná role chutí a marketingu (sladká aromata snižují bariéru),
- diskretnost (jednorázové vapy), užití ve škole/toaletách,
- snazší rozvoj dlouhodobého návyku a následný přechod k nikotinu.



Orientační rozpoznání ve škole (nespecifické)

- Sladké/ovocné vůně, „mlha“ na toaletách či v šatnách,
- typické zařízení: jednorázové barevné vapy, malé pod systémy,
- příznaky po užití: kašel, chrapt, slzení, stížnost na pálení v krku; u astmatiků sípání a dušnost.



Akutní postup ve škole (zdravotnické minimum)

Indikace k urgentnímu řešení / volání 155/112

- Výrazná dušnost, sípání, známky astmatického záchvatu nereagující na obvyklou léčbu,
- bolest na hrudi s dušností, zhoršující se stav, porucha vědomí,
- podezření na inhalaci/užití „neznámé náplně“ s výraznými respiračními příznaky.

Základní postup:

- přerušit expozici (čerstvý vzduch, větrání), klid,
- u známého astmatu umožnit použití úlevového inhalátoru dle individuálního plánu,
- sledovat dýchání, barvu, vědomí; při zvracení poloha na boku,
- u zhoršování nebo těžkých příznaků vždy ZZS; informovat zákonného zástupce dle pravidel školy.



Krátká „medicínská“ rekapitulace

- Vapování bez nikotinu není „neškodná pára“: aerosol a aroma může dráždit dýchací cesty, vyvolat kašel, bolest v krku a u predisponovaných i bronchospasmus (zúžení průdušek).
- Nehrozí typická nikotinová závislost, ale často vzniká behaviorální návyk a sociální upevnění, které může být vstupní branou k nikotinu.
- Největší akutní riziko ve škole představuje dušnost/astmatický záchvat a používání produktů s nejasným složením.



Prostor pro Vaše poznámky



www.iprev.cz



Klinika adiktologie



1. LF UK A VFN V PRAZE



Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování



Úřad vlády
České republiky



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

