

## Benarkah Vape Lebih Baik Dibanding Rokok? Ini Faktanya!



Keberadaan rokok berbahan baku tembakau saat ini mulai digantikan dengan munculnya vape atau rokok elektrik. Bahkan, makin kesini vape makin populer karena dianggap sebagai alternatif rokok.

Berbeda dengan rokok konvensional yang dibakar, vape digunakan dengan cara dialiri listrik. Selain itu, pengguna vape juga bisa memilih aneka varian rasa sesuai selera mereka.

Namun, benarkah vape lebih baik dibanding rokok? Berikut ulasannya beserta sejumlah penelitian pendukung.

### **Efek Uap Lebih Rendah Dibanding Asap Rokok Konvensional**

Peneliti sekaligus kardiolog asal Yunani, Dr. Konstantinos Farsalinos, memaparkan tentang efek rokok elektrik pada tubuh manusia. Dalam penelitian yang dilakukan sejak 2011 tersebut ditemukan bahwa efek yang ditimbulkan uap rokok elektrik jauh lebih rendah dibanding efek dari asap rokok konvensional.

Namun, Kontantinos juga menegaskan bahwa rokok elektrik tak sepenuhnya aman. Meski lebih rendah dibanding rokok konvensional yang dibakar, rokok elektrik juga memberi pengaruh buruk pada sel otak, fungsi jantung, dan sirkulasi darah.

### **Efek Berbahaya Pada Paru-Paru**

Peneliti di University of North Carolina mengungkapkan bahwa vape memberikan dampak berbahaya bagi paru-paru seperti halnya rokok konvensional. Dalam penelitian yang melibatkan pengguna vape, perokok konvensional, dan bukan perokok itu ditemukan bahwa air liur pengguna vape memiliki kandungan protein yang berhubungan dengan kondisi paru-paru yang buruk. Selain itu, peneliti juga menyebut bahwa vape memicu beragam masalah kesehatan seperti radang paru-paru, asma, bahkan lupus.

Selain dampak buruk di atas terbukti juga bahwa bahan kimia yang terkandung dalam vape menyebabkan masalah paru-paru serius. Gejala awal bisa berupa batuk kering, sesak napas, sakit kepala, dan demam yang akan semakin parah.

### **Efek Candu Lebih Besar**

Rokok elektrik atau vape dipercaya dapat mengurangi kebiasaan merokok tembakau. Dengan kata lain, vape dipercaya dapat menghilangkan kecanduan para perokok.

Namun, penelitian terbaru yang diterbitkan *New England Journal Medicine* menunjukkan fakta sebaliknya. Penelitian yang diketuai Dr. Eric Kandel dari Columbia University ini mengungkap bahwa penggunaan rokok elektrik menyebabkan efek candu yang lebih besar.

Bukan hanya itu, Kandel beranggapan bahwa penggunaan vape juga meningkatkan risiko penggunaan narkoba.

Dari ketiga penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa vape tak lebih baik dibanding rokok konvensional. Meski sering dianggap lebih aman, nyatanya vape memiliki efek yang tak kalah mengerikan terhadap kesehatan.

[https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/benarkah-vape-lebih-baik-dibanding-rokok-  
ini-faktanya.html](https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/benarkah-vape-lebih-baik-dibanding-rokok-ini-faktanya.html)