



TABLOID MD

INSIDER'S INSIGHT

Area distribusi Tabloid MD:



FOR MEDICAL PROFESSIONALS ONLY

JULI 2017

5 Mengetahui
Innocent Murmur



MD PRACTICE

10 Cedera
Kepala



MD PRACTICE

13 Konseling
Genetik



MD REVIEW

14 Terapi Musik pada
Nyeri Pasca Operasi



MD INSIGHT

MD HEADLINES

KONTROVERSI ROKOK ELEKTRONIK: Benarkah Lebih Aman dari Rokok Konvensional?

Rokok elektronik, atau lebih dikenal sebagai *e-cigarette* dan *vaping*, merupakan fenomena terkini di generasi muda kita yang harus diwaspadai. Beberapa pihak mengklaim bahwa rokok elektronik lebih aman dibandingkan rokok konvensional, pihak lain menyatakan bahwa rokok jenis ini dapat dipakai sebagai pengganti untuk orang yang ingin berhenti merokok, namun apakah data-data klinis yang tersedia mendukung klaim tersebut?

Studi Keamanan Rokok Elektronik

Beberapa studi terkini memang menunjukkan bahwa rokok elektronik mengandung senyawa karsinogenik lebih sedikit dibandingkan yang konvensional. Studi yang dilakukan terhadap total 181 subyek, terbagi dalam 5 kelompok membandingkan kadar nikotin dan karsinogen (*tobacco-specific N-nitrosamines/TSNA* dan *volatile organic compounds/VOCs*) terkait produk rokok dalam urin dan saliva subyek. Setelah menyesuaikan terhadap beberapa parameter terkait, studi ini menemukan, pemakai rokok elektronik murni menunjukkan kadar karsinogen lebih rendah 97% ($p < 0,001$) dibandingkan rokok konvensional.¹ Namun demikian, studi lain juga menunjukkan bahwa pengguna rokok elektronik memiliki kadar *otoluidine* (2,3 kali lipat, $p = 0,0013$)

dan *2-naphthylamine* (1,3 kali lipat, $p = 0,014$) jauh lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak menggunakan.² *Otoluidine* dan *2-naphthylamine* patut disadari merupakan karsinogen terkait kanker saluran kemih terkuat saat ini.

Dapatkah Rokok Elektronik Membantu Berhenti Merokok?

Sampai saat ini belum terdapat data meyakinkan mengenai efektivitas dan keamanan rokok elektronik untuk membantu berhenti merokok, hal ini membuat badan-badan kesehatan baik lokal maupun internasional tidak merekomendasikan praktik ini. Meta-analisis terkini yang dilakukan oleh Hartmann-Boyce dkk, menunjukkan bahwa rokok elektronik mengandung nikotin meningkatkan

kesempatan individu berhenti merokok lebih lama dibandingkan plasebo tanpa nikotin. Namun demikian studi ini belum memberikan data kuat oleh karena kecilnya sampel studi yang dievaluasi (662 subyek dari 2 studi klinis acak tersamar ganda).³

Kehati-hatian juga harus diterapkan pada remaja yang melihat rokok elektronik sebagai *trend* aman dibandingkan rokok konvensional, oleh karena studi terkini membuktikan bahwa rokok elektronik merupakan gerbang masuk bagi individu menjadi perokok di usia lebih dewasa. Meta-analisis yang dilakukan terhadap 7 studi skala besar dengan lebih dari 8.000 subyek menunjukkan bahwa, 30,4% remaja yang mencoba rokok elektronik pada akhirnya menjadi perokok, dibandingkan hanya 7,9%

bagi yang tidak pernah mencoba (OR 3,62; 95% CI 2,42-5,41).⁴

Rekomendasi Saat Ini

Rokok elektronik nampaknya dapat dijadikan alternatif bagi individu perokok yang ingin berhenti merokok, produk ini dapat dijadikan tambahan amunisi bagi dokter selain plester nikotin, permen karet dan juga obat-obatan, seperti varenicline. Namun demikian rokok elektronik bukanlah pengganti rokok dan tidak disarankan digunakan oleh remaja dan dewasa muda yang tidak pernah merokok sama sekali, studi-studi yang ada menunjukkan peningkatan risiko merokok pada populasi ini. MD

Daftar Pustaka

1. Ann Intern Med. 2017;166(6):390-400.
2. American Urological Association (AUA) 2017 Annual Meeting. Abstract MP88-14.
3. Cochrane Database Syst Rev. 2016 Sep 14;9:CD010216
4. JAMA Pediatr. Published online June 26, 2017.



www.AdaAQUA.com

Dehidrasi ringan dapat menurunkan konsentrasi dan fokus.
* Penelitian membuktikan dehidrasi ringan menyebabkan penurunan kognitif dan mood.
** American College of Sports Medicine, Annual Scientific Meeting, Evian, 9 Juli 2010 (in press)

**DINGIN KOK
DITIUP?
GEJE**
[*gak jelas*]

#AdaAQUA