

Hejsa.

Uha jeg kæmpede for at falde i søvn for min egen pibende vejtrækning hver aften. Hostede jævnt hele dagen igennem og særdeles hver morgen. Efter kraftige anstrengelser var det nærmest som om lungerne lige skulle ud af halsen og vendes en gang. Utroligt nok blev man ved med at ryge. Jeg tror jeg røg i gennemsnit 35 til 40 cigaretter om dagen. Fra jeg var 20 til 35 var jeg chauffør og der kunne der tit ryge 60 smøger på en nat. Jeg har prøvet alle gænske rygestop metoder på nær piller. Men alt dette havde inden indvirkning på mig eller mine lungers skrig efter røgen. December 2012 fik jeg mig tillusket en e-cigaret. Jeg brugte dernæst de næste 5 dage på at komme over på den og dermed kvitte smøgerne. Første dag røg jeg 4 cigaretter, anden dag 4 og 3 dag røg jeg op på 10 4 dagen var jeg nede på 2 og 5 dagen 1. Allerede efter 2 dage uden røg kunne jeg mærke forskel. Jeg opfattede selv at min lugtesans kom tilbage. Konen gjorde mig opmærksom på at hun ikke havde hørt min pibende vejtrækning når jeg var gået i seng. En lille sjov historie. Da vi skulle stege flæskestegen juleaften var jeg ved at smide stegen ud fordi den ikke lugtede som den plejer. Måtte have fat i naboen hvis lugtesans ikke fejlede noget som kunne fortælle mig at den skam ikke fejlede noget. Den duftede som den skulle. Allerede der var min nye lugtesans igen ved at snyde mig. Sådant noget som løg kan jeg næsten heller ikke spise mere. Kan jo smage tingene igen.... SKØNT. Jeg støtter fuldt ud at alt hvad der sælges af nikotin væsker skal forbydes til unge under 18 år. Jo før jo bedre. Men vi voksne/mig vil gerne selv have lov til at bestemme hvad vi køber og hvad vi fylder i kroppen. Selvfølgelig er e-cigaretten ikke sund. Men synes mange gange folk sammenligner den forkert. Som jeg plejer at sige " sammenligner du den med et æble er den nok usund, men sammenligner du den med en cigaret, ja så er e-cigaretten sund i forhold til.

Jeg vil gøre alt for at kunne få min damp. Startede på 36mg i 14 dage og ned på 24 i ca 2 mdr. Dernæst 16 og er i dag nede på 6mg. Har egentlig ingen planer om 0mg eller helt stoppe da jeg tror det lige så meget er hyggen eller det at have noget i fingrene der gør sit til jeg bliver ved.

Jeg KAN tydeligt mærke på min krop at den har det meget bedre end da jeg røg cigaretter.

For resten har jeg tit fået e-væske i munden og py for pokker hvor det smager/brænder/svier så tror ikke der er mange børn der først bliver ved når de har mærket det eller smagt det. Har vi ikke alle som små lugtet til salmiarkspiritus selv om vores forældre havde fortalt os at det var skrappe sager....

Jeg håber godt nok i vil tænke jer om før i laver nogle love med at gøre så mange kriminelle som i en til vider satser på.

Med venlig hilsen

En tidliger ildelugtende eks ryger

Nu glad,frisk og velduftende ung mand på 40

Morten Madsen