

Min plan var at prøve at reducere mit tobaksforbrug, så jeg købte en e-cigarett.

Den ankom 8. februar 2013.

Siden er jeg faldet i til et par fester, men har ellers været røgfri uden trang til tobak når jeg er ædru.

Der har været rygter om videnskabelige undersøgelser der påviste at dampen var skadeligt. Men når man dykker ned i substansen bag disse påstande er der ikke nogen. Hemmeligholdelse af omstændigheder ved forsøg, for eksempel, er ikke just videnskabeligt redeligt.

De eneste egentlig videnskabelige forsøg jeg selv har set resultaterne fra var fælles om at pointere at dampen ikke er uskadelig, men ligger på brøkdele af en procent af farligheden ved rygning - forudsat e-cigaretten bliver brugt korrekt.

I situationer hvor e-cigaretten bliver brugt forkert kan farligheden af dampen stige til næsten en fjerdedel af rygning i absolut værste tilfælde. (Det polske ministerium for uddannelse og sundhed lavede en af disse, kilde på den anden er en italiensk forsker hvis navn desværre er gået i glemmebogen.)

Jeg har kunnet mærke en klar forbedring af min fysiske tilstand siden jeg byttede røgen ud med damp.

Jeg må på det allerkræftigste insistere på at tilgangen til dampen nødvendigvis må være rationel. Heksejagten er passé.

Stop nu.

Anders Weidik Bendsen