

	Tupakka	Nuuska	Sähkötupakka
Haitalliset aineet	Terva, häkä, nikotiini, nitrosamiinit, raskasmetallit	Nikotiini, PAH-yhdisteet, raskasmetallit, nitrosamiinit	Nikotiini, raskasmetallit
Keskeisimmät terveyshaitat (Minkälaiset mekanismit)	Keuhkosyöpä Keuhkohtaumat auti: Keuhkoputken ärsytys, limanerityksen lisääntyminen, keuhkorakkuloide n kudonvauriot Riippuvuudet Häkän sitoutuminen punasoluihin Immunitetin heikkeneminen, tulehdustila elimistössä Suun terveyden heikkeneminen	Syöpövaarallisia aineita, raskasmetalleja, nikotiini Riippuvuudet, nikotiiniannokset keskimäärin suurempia kuin tupakoidessa Sykkeen nopeutuminen, kohonnut verenpaine Limakalvovauriot, hampaiden värjäytyminen Insuliiniherkkyyden väheneminen	Nesteiden sisältämät haitalliset aineet: esim. asetaldehydi, formaldehydi, bentseeni Syöpövaarallisia aineita Nestettä kuumentavasta vastuksesta liukenevat aineet: kromi, kupari, lyijy Mahdolliset haitalliset vaikutukset keuhkojen toimintaan Riippuvuudet Nesteiden hankkiminen ulkomailta
Käytön yleisyys (Muutokset käytössä, eri ikäryhmien erot jne.)	Vähentynyt, eroja sosioekonomisten luokkien välillä esim. Matalasti koulutetut tupakoivat enemmän	Päivittäinen käyttö 20-64 vuotiaista: - Miehet 6% - Naiset 1% Nuorilla yleisempää Ammattioppilaitoksissa pojat: 17%, tytöt 7%	Melko vähäistä n. prosentti 20-64 vuotiaista päivittäin Nuorilla yleisempää Yläkoululaisilla yleisempää kuin lukiolaisilla

