

Hulp & Advies

Alle informatie over je e-sigaret
Versie: 1.0



Voorwoord

Welkom in de wereld van het elektronisch roken. Elektronisch roken wordt inmiddels gedurende de afgelopen tien jaar door steeds meer mensen gezien als een alternatief bij het stoppen met roken van reguliere tabak.

In dit boek leggen wij onder andere uit wat een elektronisch roken precies inhoudt, het gebruik van de elektronische sigaret, wat voor dampmethodes er bestaan en waar nog meer rekening mee moet worden gehouden bij de aanschaf.

Wanneer er vragen zijn over de inhoud van dit boek, of als je vragen hebt over andere onderwerpen ten aanzien van elektronisch roken, neem dan gerust contact met ons op. Dat kan eenvoudig door gebruikmaking van het contactformulier dat je kunt terugvinden op onze website. We zijn graag bereid tot het geven van verdere informatie.

Groet,

Team Damp.nl



DAMP.NL
— Elektronisch Roken —

Inhoudsopgave

Hulp & Advies	0
Voorwoord	1
Starten met dampen	4
<i>Wat is een e-sigaret?</i>	4
Onderdelen van een e-sigaret	4
<i>De batterij</i>	4
Ingebouwde accu en externe batterijen (MOD)	4
<i>Coils</i>	5
Sub Ohm coils	5
De Tank / Clearomizer	5
<i>Driptip</i>	6
Wat voor type e-sigaretten zijn er?	6
<i>POD Systeem e-sigaretten</i>	6
Wat is een POD-systeem?	6
Voor en nadelen van een POD-systeem	7
<i>All-in-one type e-sigaretten</i>	7
Wat is een All-in one model?	7
Onderdelen van de All-in one e-sigaret	7
Voor en nadelen van een All-in One e-sigaret	8
<i>Vape Pen type e-sigaretten</i>	8
Voor en nadelen van Vape Pen e-sigaretten	8
<i>Sub Ohm type e-sigaretten</i>	8
Voor en nadelen van Sub Ohm e-sigaretten	9
<i>Box MOD type e-sigaretten</i>	9
Voor en nadelen van Box Mod e-sigaretten	9
<i>Eerste gebruik</i>	10
E-liquid	10
<i>Wat is e-liquid?</i>	10
<i>PG/VG</i>	10
PG (Propylene Glycol)	10
VG (Plantaardige Glycerine)	11
<i>Voor- en nadelen van PG en VG</i>	11
Verhoudingen PG en VG	12
Aroma/smaakstoffen	12
<i>Nicotine</i>	12
De werking van nicotine	12
Verhoudingen van nicotine in de e-sigaret	13
Afbouwen van nicotinegehalte	13
Nicotine en Sub Ohm	13
<i>Nicotine Salt</i>	13
Wat is Nicotine Salt en waarom?	13
Voordelen en nadelen van Nicotine Salt	14

Welke e-sigaretten kun je gebruiken met nicotine salt?	14
Nic Salt POD Systeem E-sigaret	14
Opname van Nic Salt e-liquid	14
Sub Ohm	15
<i>Wat is 'Sub Ohm dampen'?</i>	15
Sub Ohm coil	15
Wattage/Voltage en Weerstand	15
Sub Ohm vloeistof/e-liquid	16
Sub Ohm en nicotine	16
Sub Ohm tips	16
Inhalatie technieken: Mouth to lung (MTL) of Direct Lung (DL)	17
<i>Wat zijn inhalatiemethodes?</i>	17
Mouth To Lung (MTL)	17
Direct Lung (DL)	18
Inhalatiemethode aanpassen door airflow	18
Onderhoud van de e-sigaret	19
Schoonmaken	19
Vervangen van de coil	19
Onderhoud van de batterij	19
Over deze handleiding/Disclaimer	20
Extra: Dampwoordenboek	21

DAMP.NL
 — Elektronisch Roken —

Starten met dampen

Wat is een e-sigaret?

Een elektronische sigaret of kortweg e-sigaret, is een apparaat waarmee je elektronisch kunt roken/dampen. Elektronisch roken wordt in de volksmond ook wel “vape” genoemd. De e-sigaret bestaat simpel gezegd uit een batterij(houder), een clearomizer (tank) waarin een verhittingselement (coil) wordt geplaatst en een mondstuk. De e-sigaret kan geheel als complete (starter)set worden aangeschaft.

De e-sigaret wordt vaak gezien als alternatief/vervanger voor de traditionele (tabak) sigaret. Bij het roken van traditionele tabak vindt verbranding plaats waarbij veel schadelijke stoffen vrijkomen. Het grote verschil met de e-sigaret ten opzichte van de traditionele sigaret is dat er bij de e-sigaret, vloeistof wordt verhit (geen verbranding) waardoor damp ontstaat. Met de rook (damp) die ontstaat te inhaleren ervaart men het gevoel van ‘roken’.

Onderdelen van een e-sigaret

De batterij

De batterij van een e-sigaret zorgt voor de opslag en stroomtoevoer in het apparaat. Een batterij is belangrijk voor de e-sigaret en dient op de juiste manier gebruikt te worden; dit om lekkage en oververhitting te voorkomen. Zowel de beginnende als ervaren dampers kiezen vaak voor een e-sigaret die oplaadbaar is. De capaciteit van de batterij kan liggen tussen de 350 mAh tot 3000 mAh. Bij standaard startermodellen kan een batterij van 650 mAh al voldoende zijn voor een dag gebruiken. Dit is natuurlijk afhankelijk van uw eigen wensen en gebruik

Voor het eerste gebruik kun je het beste de e-sigaret eerst volledig (+/- 4 uur) laten opladen. Elke e-sigaret geeft op zijn eigen manier aan in hoeverre deze is opgeladen. Lees hiervoor goed de handleiding van het model. Over het algemeen wordt dit weergegeven door middel van een led-indicatielampje. Zoals bij veel andere apparaten het geval, is het belangrijk om de e-sigaret volledig leeg te laten lopen en daarna weer volledig op te laden; dit vanwege de duurzaamheid van de batterij.

Ingebouwde accu en externe batterijen (MOD)

Wanneer je een e-sigaret aanschaft, kun je kiezen voor een e-sigaret met een ingebouwde accu of een met externe batterijen. De e-sigaretten die externe batterijen bevatten zijn vaak geavanceerder en geschikt voor de gevorderde damper.

Coils

De coil is het gloeispiraaltje in de e-sigaret. Andere benamingen voor coil zijn bijvoorbeeld atomizer of brandertje. Deze wordt aangesloten op de batterij. Wanneer de batterij wordt geactiveerd, wordt de coil verhit waardoor er vloeistof wordt verdampt. Iedere coil heeft een weerstand. De weerstand wordt altijd aangegeven in 'ohm'.

Per e-sigaret verschilt welke weerstand coil wordt meegeleverd en wat voor coils er geschikt zijn. De weerstand van de coil bepaalt in grote mate de damp ervaring van de gebruiker. Zo kan de coil een weerstand hebben van 0,05 ohm tot ongeveer 2,00 ohm. Standaard betekent een lagere ohm waarde, een groter wattage en dus uiteindelijk resulteert dit in meer dampproductie.

Voor een beginnende damper wordt een coil van 1 Ohm of hoger aangeraden. Deze hebben een iets hogere weerstand en dit heeft als gevolg dat de ervaring van het dampen meer overeenkomt met de ervaring van het inhaleren van normale sigaretten ([MTL](#)). Bij coils met een hoge weerstand passen e-liquids met een verhouding van 50/50 bij of e-liquids met een hoge PG (meer informatie in hoofdstuk '[Wat is PG en VG](#)').

Net zoals bij andere e-sigaretten worden er standaard coils meegeleverd met de e-sigaret, deze moet je elke 2 tot 4 weken vervangen. Over het algemeen weet je dat je de coil moet vervangen, wanneer deze minder of een vieze smaak af geeft of wanneer u niet dezelfde smaakervaring heeft in vergelijking tot het eerste gebruik.

Sub Ohm coils

Voor gebruikers die al meer ervaring hebben het gebruik van elektronische sigaretten, kunnen eens proberen te dampen met een sub ohm coil. Hierbij werkt de coil met een lagere weerstand en zal de damp meer en intenser zijn. Let wel op dat de manier van inhaleren anders is; het gaat namelijk direct naar de longen (DL). Dit kan even wennen zijn in het begin. Meer informatie hierover vindt u in het hoofdstuk '[Inhalatie Technieken](#)'.

De Tank / Clearomizer

De tank of ook wel clearomizer genoemd, is het onderdeel waar de e-liquid in gegoten wordt. Binnen Nederland is de maximale inhoud van de tank gesteld op 2 ml. Bij de meeste tanks staat er een streepje op met max; ga daar nooit overheen wanneer u de e-sigaret vult. Anders is er kans dat de e-sigaret gaat lekken.

Hoofdzakelijk gebruiken we twee categorieën tanks/clearomizers namelijk; top-fill en bottom-fill. Deze categorieën hebben betrekking op de vulwijze van de tank. Deze kan dus via de bovenzijde of via de onderzijde worden bijgevuld.

Vul een bottom-fill tank altijd via de zijkant en niet in het midden; anders loopt de vloeistof door het mondstukje heen. Het makkelijkste is om de e-sigaret schuin houden en het tuitje van het flesje langs de zijkant van de tank te houden. Het is belangrijk om na het vullen 5 minuten te wachten voor de e-sigaret gebruikt wordt; zo zorg je er voor dat de vloeistof goed kan intrekken in het katoen van de coil en voorkom je een zogenaamde 'dryhit', wat

een verbrande smaak afgeeft. Daarnaast verleng je op deze manier de levensduur van de coil.

Bij de top-fill gaat het vullen gemakkelijker dan bij de bottom-fill tank. Hierbij kunt u doormiddel van een schuifdop de bovenzijde van de tank verwijderen en deze bijvullen. U hoeft hierbij minder rekening te houden met het 'knoeien' van vloeistof.

Iedere tank heeft zijn eigen vulmethode. Ook kunnen er variaties en combinaties bestaan tussen verschillende bovenstaande methodes. Neem hiervoor altijd de instructies in de handleiding in acht.

Driptip

De driptip wordt ook wel het mondstuk genoemd; dit is de top van de e-sigaret. De driptip kan in verschillende vormen en materialen voorkomen. Er zijn verschillende soorten en maten. Een mogelijkheid is om een driptip met spiraal te gebruiken; dit is tegen het opspatten van vloeistof.

Standaard wordt een driptip gemaakt met een zogenaamde 510 aansluiting. Deze past op vrijwel alle hervulbare e-sigaretten (met uitzondering van POD-systemen). De benaming '510 aansluiting' heeft betrekking op de diameter met de aansluiting op de tank.

Wat voor type e-sigaretten zijn er?

Er bestaan verschillende type e-sigaretten voor iedere gebruiker. In dit hoofdstuk leggen we uit wat voor type e-sigaretten er op de markt beschikbaar zijn en wat de belangrijkste verschillen zijn.

POD Systeem e-sigaretten

Wat is een POD-systeem?

Een POD-systeem is een elektrische sigaret met vervangbare cartridges. Er bestaan 2 verschillende soorten POD-systemen: open POD-systemen en gesloten POD-systemen.

De open POD-systemen zijn cartridges die hervulbaar zijn met een vloeistof in de vorm van een flesje e-liquid. In deze POD zit de coil (gloeispiraal) meestal al verwerkt; nadat je meerdere malen gebruik hebt gemaakt van een POD kun je deze in z'n geheel vervangen.

Gesloten POD-systemen kunnen na volledig gebruik gedeponeerd worden en vervangen worden door nieuwe cartridges. Dit zijn de meest eenvoudige e-sigaretten. Dit type e-sigaretten worden steeds populairder onder gebruikers. Dit komt door het grote gebruiksgemak van deze modellen.

POD-systemen zijn door het gebruiksgemak voornamelijk ideaal voor beginnende gebruikers. Echter zullen velen het ook gebruiken voor het gemak van het product. Daarnaast zijn de POD-systemen klein en gemakkelijk mee te nemen.

Het inschakelen van het POD-systeem is afhankelijk van het type model. Zo dient u bij sommige pod systemen 5 maal te drukken op de knop. Bij andere POD-systemen is er geen knop meer aanwezig. De e-sigaret wordt dan ingeschakeld op het moment van inhaleren, de e-sigaret hoeft dus niet los te worden ingeschakeld en er is dan ook geen aan/uit knop meer aanwezig op het apparaat.

Voor en nadelen van een POD-systeem

Voordelen	Nadelen
• Eenvoudig in gebruik • Klein en makkelijk mee te nemen • Verwisselbare POD's voor het gebruik van verschillende smaken. • Heel erg geschikt voor het gebruik van nicotine salt. • Er bestaan zowel voorgevulde als hervulbare pod's.	• Batterij is minder sterk • Bij een voorgevuld systeem, minder keuze in smaak. • Minder duurzaam door vervangen van volledige POD

All-in-one type e-sigaretten

Wat is een All-in one model?

All-in-one e-sigaretten zijn e-sigaretten die bestaan uit één stuk. Deze werken niet mer losse onderdelen zoals losse clearomizers en tanks, daarom vinden veel mensen dit een fijn model om mee te beginnen. De e-sigaret heeft een vertrouwde vorm (lijkt veel op de vorm van een normale e-sigaret en deze eenvoudig in gebruik. De naam zegt het eigenlijk al, u hoeft niks meer in te stellen, alles in één!

De All in one e-sigaret heeft een ingebouwde batterij, coil, tank en drip tip. De batterij en de tank van de e-sigaret zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. De All in one e-sigaret is geschikt voor zowel beginnende als ervaren dampers.

Onderdelen van de All-in one e-sigaret.

De All in one e-sigaret heeft een sterke batterij, waardoor de e-sigaret gedurende heel de dag gebruikt kan worden. De tankinhoud van de meeste All in one e-sigaretten zijn 2ml, deze kunt u gemakkelijk bijvullen door de bovenzijde van de e-sigaret los te draaien.

- Net zoals bij andere e-sigaretten worden er standaard coils meegeleverd met de e-sigaret, deze moet je elke 2 tot 4 weken vervangen. Je kunt alle e-liquid gebruiken in de All in one e-sigaretten, afhankelijk van de sterkte van de coil. Meer hierover vind je in het [hoofdstuk e-liquid](#).

Voor en nadelen van een All-in One e-sigaret

Voordelen	Nadelen
• Goedkopere aanschaf dan geavanceerde modellen • Lekvrij • Eenvoudig in gebruik • Klein en makkelijk mee te nemen • Direct klaar voor gebruik • Weinig tot geen instelbaar vermogen	• Geen losse vervangbare clearomizers • Bij een voorgevuld systeem, minder keuze in smaak. • Geen mogelijkheid tot vervangen onderdelen bij defect apparaat

Vape Pen type e-sigaretten

De Vape Pen type e-sigaret verschilt qua model met de 'all-in one' door de losse clearomizer en tank. Het type 'dampen' met deze type e-sigaret gaat over het algemeen door middel van Mouth To Lung inhalatie. Deze e-sigaret is geschikt voor starters en wordt in combinatie gebruikt met e-liquid die minimaal 50% PG bevat.

De Vape Pen type e-sigaret is het eerste type e-sigaret dat op de markt werd geïntroduceerd en is nog steeds populair onder veel gebruikers.

Voor en nadelen van Vape Pen e-sigaretten

Voordelen	Nadelen
• Losse vervangbare onderdelen • Gemakkelijk in gebruik • Klein en makkelijk mee te nemen • Klein instelbaar vermogen • Ingebouwde oplaadbare batterij	• Weinig vermogen • Geen losse vervangbare (niet ingebouwde) batterijen

Sub Ohm type e-sigaretten

Deze e-sigaret is gemaakt voor 'sub ohm dampen'. Sub Ohm dampen betekent dampen met een coil met een weerstand lager dan 1 Ohm. Het type dampen hierbij is door middel van Direct Lung inhalatie; net zoals bij een waterpijp gaat de damp direct naar de longen. Hierbij worden vloeistoffen met een VG gehalte van meer dan 50% gebruikt. In het hoofdstuk "[Sub Ohm](#)" gaan we verder in op wat Sub Ohm dampen is.

Voor en nadelen van Sub Ohm e-sigaretten

Voordelen	Nadelen
• Mogelijkheden tot verdampen van hoge VG liquids • Klein instelbaar vermogen • (Ingebouwde) oplaadbare batterij • Verkrijgbaar in verschillende vormen zoals als Vape Pen en als Box MOD. • Mogelijk om te dampen volgens de Direct Lung inhalatie techniek. Zie hoofdstuk ‘Inhalatie Technieken’	• Geen mogelijkheden tot het verdampen van hoge PG liquids. • Over het algemeen kortere levensduur coil • Minder geschikt voor beginnende gebruikers door grote hoeveelheid damp.

Box MOD type e-sigaretten

Box MOD type e-sigaretten (afkorting voor ‘modificatie’) zijn geavanceerde e-sigaretten, voornamelijk voor de gevorderde damper. Deze bevatten vaak losse 18650 batterijen. Dit zijn losse oplaadbare batterijen. Aangeraden wordt deze batterijen dan ook op te laden in een losse batterij oplader. Dit vergroot de levensduur van de batterij. Echter is het ook goed mogelijk om de batterij in de e-sigaret zelf op te laden. Box Mod e-sigaretten beschikken over geavanceerde instellingen, zoals Temperature control en aanpasbaar voltage/wattage. Meestal worden deze e-sigaretten gebruikt met een Sub Ohm clearomizer.

Voor en nadelen van Box Mod e-sigaretten

Voordelen	Nadelen
• Mogelijkheden tot verdampen van hoge VG liquids • Geavanceerd Instelbaar vermogen, vaak met beeldscherm/touchscreen • (Ingebouwde) oplaadbare batterij • Mogelijk om te dampen volgens de Direct Lung inhalatie techniek. • Perfect voor geavanceerde gebruikers die zelf alles willen instellen.	• Geen mogelijkheden tot het verdampen van hoge PG liquids. • Over het algemeen kortere levensduur coil • Minder geschikt voor beginnende gebruikers door grote hoeveelheid damp en door geavanceerde functies.

— Elektronisch Roken —

Eerste gebruik

Wanneer je een e-sigaret hebt aangeschaft en deze uit de verpakking haalt, moet de batterij worden ingeschakeld. Dit doe je door de knop vijf maal snel achter elkaar in te drukken. Houd daarna de knop ingedrukt tijdens het inhaleren; laat direct na het inhaleren los. Voor de levensduur van de batterij is het aan te raden deze eerst volledig op te laden voor gebruik.

In dit hoofdstuk hebben we in grote lijnen een onderscheid gemaakt tussen de verschillende type e-sigaretten. Vaak worden bepaalde aspecten gecombineerd door leveranciers. Daarom is het soms goed mogelijk dat e-sigaretten in twee of meer categorieën passe

E-liquid

Wat is e-liquid?

Een e-liquid is de vloeistof die je nodig hebt bij het gebruik van een e-sigaret. De e-liquid bestaat uit Propylene Glycol, Plantaardige Glycerine, smaakstoffen, water en eventueel nicotine. De e-liquid is verkrijgbaar met verschillende smaken. In beginsel wordt e-liquid samengesteld met dezelfde basisstoffen maar de hierbij gebruikte verhoudingen kunnen verschillen, met name ten aanzien van de nicotineresterkte en de verhouding PG/VG. Andere benamingen voor e-liquid zijn bijvoorbeeld: Dampvloeistof, e-juice, vape juice etc.

PG/VG

PG en VG worden aangeduid als basisstoffen voor de e-liquid, ook wel bekend als de base of basisvloeistof. Deze bindende stof zorgt ervoor dat er zichtbare rook vrijkomt. Hieronder leggen we meer uit over PG (Propylene Glycol) en VG (Vegetal Glycerin).

PG (Propylene Glycol)

Een hoge PG in de e-liquid is vaak populair onder de beginnende dampers. Dit komt doordat een hoog PG gehalte een zogenaamde 'gier' in de keel geeft. Dit heeft als gevolg dat het dampen van PG veel lijkt op traditioneel roken. PG is een reukloze en kleurloze vloeistof, het wordt bijvoorbeeld gebruikt in rookmachines in het theater. PG is volgens de World Health Organisation geschikt voor het gebruik door consumenten.

- De vloeistof PG is beter voor de levensduur van de coil/brander in vergelijking met VG. Dit omdat de vloeistof een minder dikke structuur heeft en minder weerstand biedt bij de coil/brander.

Wij raden aan om een e-liquid met een hoge PG te gebruiken met een coil met een weerstand van minimaal 1 ohm. Dit door de zogenaamde stroperigheid van de vloeistof. Op deze manier voorkomt u dat de e-sigaret gaat spetteren of heet worden.

VG (Plantaardige Glycerine)

De basisstof VG bestaat uit plantaardige glycerine. VG wordt bijvoorbeeld ook gebruikt in voedingsmiddelen of verzorgingsproducten.

VG heeft een dikkere structuur dan PG, dit kan een verschil maken voor de duurzaamheid van een coil/brander. VG zorgt voor een dikkere damp, die langer in de achterkant van de keel blijft hangen. Dit zorgt voor een meer intense ervaring dan bij PG, waar de damp sneller verdwijnt. VG is daarnaast zachter voor de keel, waardoor de throat hit minder heftig is. Door veel e-sigaret gebruikers wordt dit als prettig ervaren. Hoge VG e-liquid wordt gebruikt in combinatie met een coil met een weerstand lager dan 1 ohm. Wanneer u een hoge VG liquid verdampt in combinatie met een coil hoger dan 1 ohm, resulteert dit vaak in zogenoemde 'dry hits'. Hiermee wordt de coil verbrand doordat deze niet vochtig genoeg is. Het katoen in de coil kan op dat moment de vloeistof niet absorberen. Dit geeft een vieze smaak af.

Voor- en nadelen van PG en VG

In de onderstaande tabel staan schematisch de voordelen uitgewerkt tussen de basisvloeistoffen PG en VG.

Base	Voordelen	Nadelen
<i>Propylene Glycol</i>	• Geschikt voor dampers die op zoek zijn naar een 'tabak' ervaring. • Over het algemeen goedkoper dan VG. • Traditionele smaken, zoals aardbei, chocola, vanille. • Sterke throathit; scherper gevoel in de keel	• Kan een irritatie veroorzaken bij overgevoeligheid • Minder smaakopties • Minder volle smaak • Minder dampproductie
<i>Vegetal Glycerin</i>	• Hogere kwaliteit smaakbeleving. • Zacht in de keel. • Geschikt voor mensen met een overgevoeligheids reactie voor PG • Creatieve smaakmixen • Veel damp	• Een dikkere structuur, wat invloed kan hebben op de duurzaamheid van een coil/brander. Deze is dus vaker aan vervanging toe. • Niet geschikt voor instapmodellen e-sigaretten en vaak alleen geschikt voor meer geavanceerde modellen.

Verhoudingen PG en VG

Er veel verschillende verhoudingen van PG en VG. Hieronder worden 3 veel voorkomende verhoudingen benoemd.

1. *E-liquid met hoge VG waarde of 100% VG*

Een hoge VG betekent veel damp. Ook wordt de smaak intenser en voelt zacht aan in de keel. Let op dat de coil van de e-sigaret hierbij 1 Ohm of lager moet zijn. Voor 100% VG wordt zelfs een coil met een weerstand van 0,5 Ohm aanbevolen

2. *E-liquid met hoge PG waarde*

Hierbij ervaar je een zogenaamde sterke 'throathit'; een scherp(er) gevoel in de keel. Let op; gebruik hierbij een coil van 1 Ohm of hoger voor de duurzaamheid van de coil.

3. *E-liquid met 50PG/50VG*

Deze verhouding is geschikt voor alle elektrische sigaretten. Aan te raden coil weerstand 0,5 tot 1,5 ohm

Naast deze drie standaard categorieën, wordt er door producenten van e-liquid vaak afgeweken. Echter betekenen kleine afwijkingen in principe hetzelfde met betrekking tot de keuze van e-sigaret/coil.

Aroma/smaakstoffen

Aan e-liquids worden naast de basis ingrediënten smaak aroma's toegevoegd. Deze variëren van de smaak tabak tot aan veel verschillende zoete en fruit smaken. Zowel op de website als in onze winkel zijn er vele verschillende smaken e-liquids te verkrijgen.

Nicotine

Nicotine is een kleurloze vloeistof met een scherpe smaak, afkomstig van de tabaksplant. We kennen nicotine vooral, omdat het bekend is van sigaretten en andere vormen van tabak. Maar wist u dat nicotine ook voorkomt in andere voedingsmiddelen, bijvoorbeeld aardappelen of tomaten.

De werking van nicotine

Nicotine is een stof met een verslavende werking. Bij gebruik duurt het 7 seconden voordat het in uw lichaam wordt opgenomen. Als de nicotine wordt opgenomen in het lichaam, dan komen er bepaalde stoffen vrij, zoals epinephrine (adrenaline), dopamine, beta-endorfine en acetylcholine. Deze stoffen hebben het volgende effect :

- U wordt kalm
- Uw hartslag wordt hoger
- Het geeft een ontspannend gevoel
- U krijgt een voldaan gevoel
- U wordt alert
- Een verhoogde concentratie

Verhoudingen van nicotine in de e-sigaret

Bij het gebruik van de e-sigaret heb je zelf invloed op de hoeveelheid nicotine die je tot je neemt. Zo is iedere vloeistof/navulling of e-liquid verkrijgbaar in verschillende nicotinegehaltenes. In Nederland is het verboden producten te verkopen met een nicotinegehalte hoger dan 20mg/ml.

Over het algemeen kiezen startende e-sigaret gebruikers in het begin voor een hoger nicotinegehalte. Daarna is het gemakkelijk om af te bouwen naar een lager nicotinegehalte of naar 'geen nicotine'.

Nicotine is verkrijgbaar in de volgende gehaltenes : 18 mg , 12 mg, 6 mg, 3 mg, 0 mg. De meeste gebruikers starten met een nicotinegehalte van 6 of 12 mg/ml. Daarna kunt u het nicotineniveau zelf aanpassen naar een hoger of lager niveau, afhankelijk van uw eigen behoefte.

Afbouwen van nicotinegehalte

De meeste dampers hebben als doelstelling uiteindelijk te stoppen met nicotine, dit gaat meestal niet in één keer. Wanneer u begint met dampen dan is uw lichaam nog steeds gewend aan nicotine. Dit moet afgebouwd worden, maar op uw eigen tempo. U kunt afbouwen door uw huidige nicotinegehalte te mengen met een lager nicotine gehalte. Zo maakt u als het ware uw eigen nicotinegehalte.

Nicotine en Sub Ohm

Het gebruik van nicotine is ook deels afhankelijk van het type e-sigaret dat u gebruikt. Zo adviseren we voor een zogenaamde 'Sub Ohm e-sigaret' een lager nicotinegehalte te kiezen dan wat u normaal zou doen. Dit komt door het hogere vloeistof gebruik in deze modellen. Met sub ohm wordt bedoeld, het gebruik van een coil of gloeispiraal met een weerstand lager dan 1 ohm.

Nicotine Salt

Relatief nieuw is het gebruik van Nicotine Salt in de e-sigaret. Dit is vloeistof met nicotine niet op basis van nicotine vloeistof maar op basis van nicotine zout. Een andere benaming voor nicotine salt is nic salt.

Wat is Nicotine Salt en waarom?

Nicotine Salt is een vervanger van de normale nicotine die wordt toegevoegd aan de e-liquid. In tegenstelling tot de normale e-liquid wordt hierbij geen gebruik gemaakt van vloeistof maar van (nicotine)zout. Vandaar ook de naam nicotine salt.

Nicotine Salt werkt anders dan normale e-liquid en zorgt voor een snellere opname van de nicotine. Daarnaast blijft de nicotine langer in het lichaam. De opname van de Nic Salt e-liquid is dan ook meer te vergelijken met de opname van een normale tabakssigaret. Hiermee heeft u langer de voldoening.

Voordelen en nadelen van Nicotine Salt

- Nicotine Salt wordt sneller opgenomen dan in het bloed dan normale e-liquid. Deze blijft ook langer in het bloed zitten.
- Minder invloed op de smaak. Zeker bij hoge e-liquid (12mg/ml of hoger), kan de smaak van de nicotine een enorme invloed hebben op de smaak van de e-liquid. Bij Nic Salt is dat anders. De smaak van het nicotinezout is nauwelijks terug te proeven in de e-liquid.
- Het dampen met Nic Salt is goedkoper. Dit doordat de behoefte voor nicotine minder zal zijn vanwege de langzamere en constantere afgifte.
- Nic Salt is te gebruiken met vrijwel alle modellen e-sigaretten. Toch adviseren wij bij het gebruik van hoge Nic Salt e-liquid, geen coils te gebruiken met een weerstand lager dan 1 ohm. Dit doordat de verdamping sneller zal gaan en je daardoor te veel nicotine binnen kunt krijgen. Gebruik dus **geen** (hoge concentraties) Nic Salt e-liquid met een Sub Ohm e-sigaret.

Welke e-sigaretten kun je gebruiken met nicotine salt?

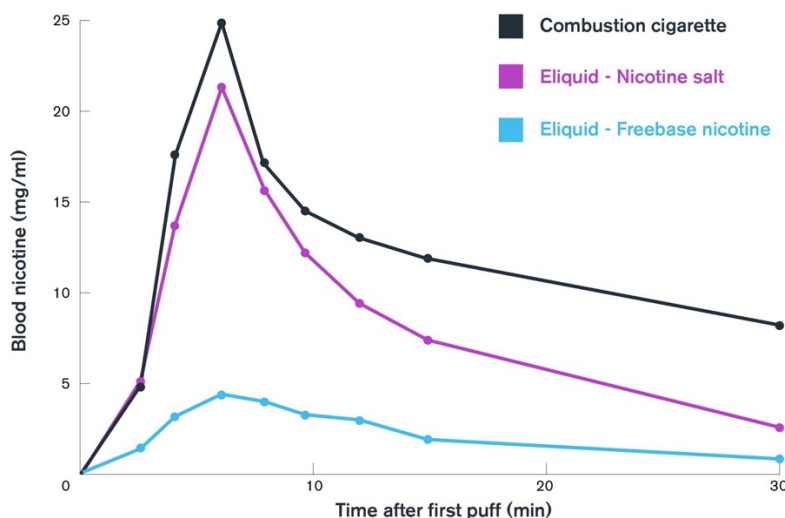
Zoals hierboven al weergegeven, is het aan te raden om te kiezen voor een e-sigaret voor Nic salt met een coil hoger dan 1 Ohm. Dit zorgt ervoor dat de e-liquid niet te snel verdampt. Het advies is dan ook om te starten met een coil met een hoge weerstand en daarna naar wens af te bouwen. Hierdoor gebruik je de e-liquid ook op een duurzamere manier.

Nic Salt POD Systeem E-sigaret

Het is ook aan te raden om een Nic Salt te gebruiken in een zogenaamd POD systeem e-sigaret. Deze systemen zijn namelijk speciaal ontworpen voor het gebruik met nicotine salt vloeistoffen. POD systeem e-sigaretten zijn modellen die werken met losse PODS in plaats van coils. Deze POD systemen hebben altijd een coil met een weerstand hoger dan 1 Ohm. Gebruik hiervoor een nicotine salt e-liquid met een hoge PG waarde en een lage VG.

Opname van Nic Salt e-liquid

In de onderstaande tabel is de opname te zien van de nicotine in het bloed van een normale sigaret, een normale e-liquid en een e-liquid op basis van nic salt. Wat opvalt, is dat de nic salt veelal te vergelijken is met de opname van de nicotine in een normale sigaret.



Sub Ohm

Wat is 'Sub Ohm dampen'?

Sub Ohm dampen houdt in: 'dampen met een coil met een weerstand lager dan 1 Ohm'. Sub Ohm dampen wordt vaak in verband gebracht met 'Direct Lung' dampen. Dit houdt in dat je direct over je longen kunt dampen zonder dat je de damp eerst in je mond inhaleert. Het tegenovergestelde van 'Direct Lung' is 'Mouth to lung' of de afkorting MTL dampen. Dit houdt in dat u de hijs eerst in uw mond inhaleert waarna u deze over de longen kunt inhaleren. Meer informatie vindt u in het hoofdstuk "[Inhalatie Technieken](#)"

Sub Ohm coil

Een coil met een weerstand lager dan 1 Ohm maakt het dus mogelijk om gebruik te maken van 'Direct Lung' dampen. Wanneer je pas net begint met je Sub Ohm e-sigaret, is het aan te raden om te kiezen voor een coil van ongeveer 0,5 Ohm. Hierna kun je deze naar boven en naar beneden bijstellen indien gewenst.

Sub Ohm tabel

Sub ohm tabel, Y= Weerstand Coil X= Voltage e-sigaret

		VOLT																					
		3.00	3.20	3.40	3.70	4.00	4.20	4.50	4.75	5.00	5.25	5.50	5.75	6.00	6.25	6.50	6.75	7.00	7.25	7.50	7.75	8.00	
OHM	0.10	90.00	102.40	115.60	136.90	160.00	176.40	202.50	225.63	250.00	275.63	302.50	330.63	360.00	390.63	422.50	455.63	490.00	525.63	562.50	600.63	640.00	
	0.20	45.00	51.20	57.80	68.45	80.00	88.20	101.25	112.81	125.00	137.81	151.25	165.31	180.00	195.31	211.25	227.81	245.00	262.81	281.25	300.31	320.00	
	0.30	30.00	34.13	38.53	45.63	53.33	58.80	67.50	75.21	83.33	91.88	100.83	110.21	120.00	130.21	140.83	151.88	163.33	175.21	187.50	200.21	213.33	
	0.40	22.50	25.60	28.90	34.23	40.00	44.10	50.63	56.41	62.50	68.91	75.63	82.66	90.00	97.66	105.63	113.91	122.50	131.41	140.63	150.16	160.00	
	0.50	18.00	20.48	23.12	27.38	32.00	35.28	40.50	45.13	50.00	55.13	60.50	66.13	72.00	78.13	84.50	91.13	98.00	105.13	112.50	120.13	128.00	
	0.60	15.00	17.07	19.27	22.82	26.67	29.40	33.75	37.60	41.67	45.94	50.42	55.10	60.00	65.10	70.42	75.94	81.67	87.60	93.75	100.10	106.67	
	0.70	12.86	14.63	16.51	19.56	22.86	25.20	28.93	32.23	35.71	39.38	43.21	47.23	51.43	55.80	60.36	65.09	70.00	75.09	80.36	85.80	91.43	
	0.80	11.25	12.80	14.45	17.11	20.00	22.05	25.31	28.20	31.25	34.45	37.81	41.33	45.00	48.83	52.81	56.95	61.25	65.70	70.31	75.08	80.00	
	0.90	10.00	11.38	12.84	15.21	17.78	19.60	22.50	25.07	27.78	30.63	33.61	36.74	40.00	43.40	46.94	50.63	54.44	58.40	62.50	66.74	71.11	
	1.00	9.00	10.24	11.56	13.69	16.00	17.64	20.25	22.56	25.00	27.56	30.25	33.06	36.00	39.06	42.25	45.56	49.00	52.56	56.25	60.06	64.00	
	1.10	8.18	9.31	10.51	12.45	14.55	16.04	18.41	20.51	22.73	25.06	27.50	30.06	32.73	35.51	38.41	41.42	44.55	47.78	51.14	54.60	58.18	
	1.20	7.50	8.53	9.63	11.41	13.33	14.70	16.88	18.80	20.83	22.97	25.21	27.55	30.00	32.55	35.21	37.97	40.83	43.80	46.88	50.05	53.33	
	1.30	6.92	7.88	8.89	10.53	12.31	13.57	15.58	17.36	19.23	21.20	23.27	25.43	27.69	30.05	32.50	35.05	37.69	40.43	43.27	46.20	49.23	
	1.40	6.43	7.31	8.26	9.78	11.43	12.60	14.46	16.12	17.86	19.69	21.61	23.62	25.71	27.90	30.18	32.54	35.00	37.54	40.18	42.90	45.71	
	1.50	6.00	6.83	7.71	9.13	10.67	11.76	13.50	15.04	16.67	18.38	20.17	22.04	24.00	26.04	28.17	30.38	32.67	35.04	37.50	40.04	42.67	
	1.60	5.63	6.40	7.23	8.56	10.00	11.03	12.66	14.10	15.63	17.23	18.91	20.66	22.50	24.41	26.41	28.48	30.63	32.85	35.16	37.54	40.00	
	1.70	5.29	6.02	6.80	8.05	9.41	10.38	11.91	13.27	14.71	16.21	17.79	19.45	21.18	22.98	24.85	26.80	28.82	30.92	33.09	35.33	37.65	
	1.80	5.00	5.69	6.42	7.61	8.89	9.80	11.25	12.53	13.89	15.31	16.81	18.37	20.00	21.70	23.47	25.31	27.22	29.20	31.25	33.37	35.56	
	1.90	4.74	5.39	6.08	7.21	8.42	9.28	10.66	11.88	13.16	14.51	15.92	17.40	18.95	20.56	22.24	23.98	25.79	27.66	29.61	31.61	33.68	
	2.00	4.50	5.12	5.78	6.85	8.00	8.82	10.13	11.28	12.50	13.78	15.13	16.53	18.00	19.53	21.13	22.78	24.50	26.28	28.13	30.03	32.00	
	2.10	4.29	4.88	5.50	6.52	7.62	8.40	9.64	10.74	11.90	13.13	14.40	15.74	17.14	18.60	20.12	21.70	23.33	25.03	26.79	28.60	30.48	
	2.20	4.09	4.65	5.25	6.22	7.27	8.02	9.20	10.26	11.36	12.53	13.75	15.03	16.36	17.76	19.20	20.71	22.27	23.89	25.57	27.30	29.09	
	2.30	3.91	4.45	5.03	5.95	6.96	7.67	8.80	9.81	10.87	11.98	13.15	14.38	15.65	16.98	18.37	19.81	21.30	22.85	24.46	26.11	27.83	
	2.40	3.75	4.27	4.82	5.70	6.67	7.35	8.44	9.40	10.42	11.48	12.60	13.78	15.00	16.28	17.60	18.98	20.42	21.90	23.44	25.03	26.67	
	2.50	3.60	4.10	4.62	5.48	6.40	7.06	8.10	9.03	10.00	11.03	12.10	13.23	14.40	15.63	16.90	18.23	19.60	21.03	22.50	24.03	25.60	
	2.60	3.46	3.94	4.45	5.27	6.15	6.78	7.79	8.68	9.62	10.60	11.63	12.72	13.85	15.02	16.25	17.52	18.85	20.22	21.63	23.10	24.62	
	2.70	3.33	3.79	4.28	5.07	5.93	6.53	7.50	8.36	9.26	10.21	11.20	12.25	13.33	14.47	15.65	16.88	18.15	19.47	20.83	22.25	23.70	
	2.80	3.21	3.66	4.13	4.89	5.71	6.30	7.23	8.06	8.93	9.84	10.80	11.81	12.86	13.95	15.09	16.27	17.50	18.77	20.09	21.45	22.86	
	2.90	3.10	3.53	3.99	4.72	5.52	6.08	6.98	7.78	8.62	9.50	10.43	11.40	12.41	13.47	14.57	15.71	16.90	18.13	19.40	20.71	22.07	
	3.00	3.00	3.41	3.85	4.56	5.33	5.88	6.75	7.52	8.33	9.19	10.08	11.02	12.00	13.02	14.08	15.19	16.33	17.52	18.75	20.02	21.33	
	3.10	2.90	3.30	3.73	4.42	5.16	5.69	6.53	7.28	8.06	8.89	9.76	10.67	11.61	12.60	13.63	14.70	15.81	16.96	18.15	19.38	20.65	
	3.20	2.81	3.20	3.61	4.28	5.00	5.51	6.33	7.05	7.81	8.61	9.45	10.33	11.25	12.21	13.20	14.24	15.31	16.43	17.58	18.77	20.00	
	3.30	2.73	3.10	3.50	4.15	4.85	5.35	6.14	6.84	7.58	8.35	9.17	10.02	10.91	11.84	12.80	13.81	14.85	15.93	17.05	18.20	19.39	
	3.40	2.65	3.01	3.40	4.03	4.71	5.19	5.96	6.64	7.35	8.11	8.90	9.72	10.59	11.49	12.43	13.40	14.41	15.46	16.54	17.67	18.82	
	3.50	2.57	2.93	3.30	3.91	4.57	5.04	5.79	6.45	7.14	7.88	8.64	9.45	10.29	11.16	12.07	13.02	14.00	15.02	16.07	17.16	18.29	

Wattage/Voltage en Weerstand

Bovenstaand zie je de Sub Ohm tabel. De groene vlakken geven aan wat een goede combinatie is tussen Voltage en Weerstand (Ohm). De combinatie van deze twee kan worden uitgedrukt in Wattage of stroom. Op veel geavanceerde e-sigaretten, is de wattage in te stellen. Bovenstaande tabel is hierbij een hulpmiddel.

Onjuist instellen van een sub ohm e-sigaret kan resulteren in spetterende vloeistof of een verbrande coil. Daarnaast is uw smaak ook van belang bij het instellen. Proeft u een verbrande smaak? Dan is het goed mogelijk dat uw e-sigaret werkt op een te hoog wattage. Borrelt de e-sigaret of heeft u het gevoel dat deze niet gemakkelijk hijst? Zet het wattage dan hoger.

Sub Ohm vloeistof/e-liquid

Uit voorgaande tabel is dus af te leiden dat het wattage van Sub Ohm dampen vele malen hoger ligt dan bij normaal dampen. Hiervoor moet je ook rekening houden met de keuze van je vloeistof. Zo bestaat, zoals eerder benoemd in het vorige hoofdstuk, vloeistof altijd uit de twee hoofdbestanddelen; PG en VG. VG maakt de vloeistof meer stroperig en geeft meer smaak af dan PG. In de regel is het advies om bij Sub Ohm dampen altijd te kiezen voor een gehalte met minimaal 50% VG.

Dus kortom: Wat is Sub Ohm vloeistof: "Sub Ohm vloeistof is vloeistof met een hoger VG gehalte en dus beter geschikt voor verdamping met een lagere weerstand". Dit komt door de hogere temperatuur die beter geschikt is voor een meer stroperige vloeistof. Over het algemeen is een vloeistof met een hoge PG te 'waterig' waardoor deze zal gaan spetteren.

Verder is in de regel van toepassing dat hoe lager de coil weerstand (Ohm) is, hoe hoger de aanbevolen VG waarde is. Dit levert uiteindelijk meer smaak en dampplezier op. Daarnaast is de damp velen malen zachter dan bij een hogere PG gehalte.

Sub Ohm en nicotine

Bij Sub Ohm elektronische sigaretten is de verdamping over het algemeen vele malen hoger. De e-sigaret verdampt dus veel meer e-liquid dan bij normaal dampen boven de 1 Ohm. Naast dat dit meer smaak geeft, verdampt de e-sigaret dus ook meer nicotine. Ons advies is dan ook om bij Sub Ohm dampen niet hoger dan een nicotinegehalte van 6 mg/ml te kiezen.

Sub Ohm tips

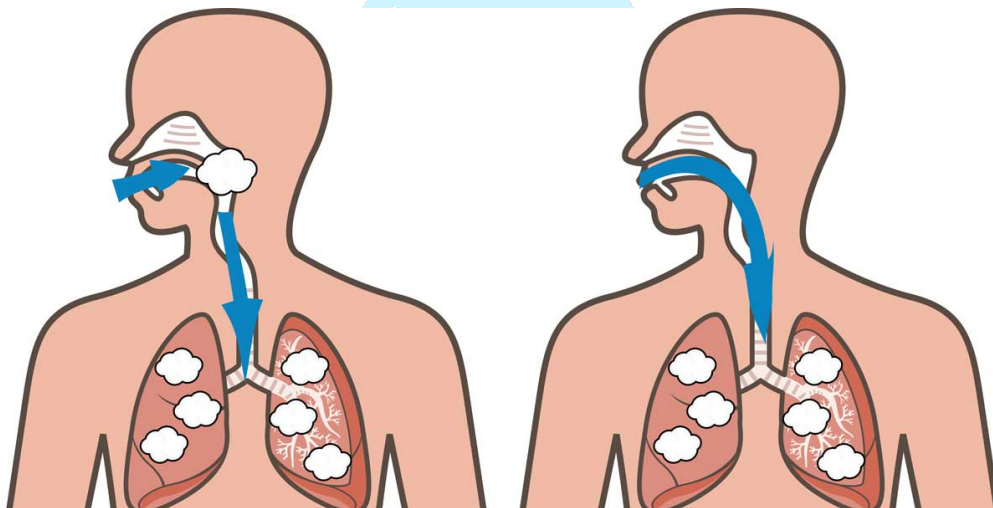
1. Experimenteer met verschillende weerstanden voor de coil
2. Experimenteer met verschillende PG/VG gehalten voor een optimale verdamping en ter voorkoming van een zogenaamde Dry Hit.
3. Kies voor een lager nicotinegehalte. De Sub Ohm e-sigaret verdampt meer dan een normale e-sigaret dus de nicotine die je binnen krijgt is ook hoger.
4. Stel de e-sigaret in op een wattage zoals aangegeven in de tabel
5. Vragen? Wij helpen je graag verder.

Inhalatie technieken: Mouth to lung (MTL) of Direct Lung (DL)

Waarschijnlijk heb je tijdens je zoektocht naar een e-sigaret wel eens de afkortingen MTL en DL voorbij zien komen. Maar wat is dit precies? En waar heeft het mee te maken? Hieronder vertellen we meer over deze zogenaemde 'inhalatietechnieken' voor de e-sigaret.

Wat zijn inhalatiemethodes?

Wanneer je een e-sigaret gebruikt, kun je op 2 verschillende manieren de damp hiervan inhaleren: Mouth To Lung (MTL) of Direct Lung (DL). De beste inhalatietechniek voor je is afhankelijk van wat je eigen voorkeur heeft. Echter dien je wel rekening te houden met wat voor type e-sigaret je kiest en wat voor e-liquid of vloeistof je gebruikt.



Mouth To Lung (MTL)

Bij de inhalatietechniek 'Mouth To Lung' komt de damp eerst in je mond terecht voordat je deze (verder) inademt en deze naar de longen laat gaan. Dit kun je vergelijken met de manier waarop je een sigaret rookt; eerst neem je een trekje voor je rook inhaleert. Doordat de 'Mouth to Lung' methode het meeste lijkt op het inhaleren van een normale tabak sigaret, is deze veelal populair voor mensen die overstappen naar de e-sigaret en dit als alternatief gebruiken voor het roken van tabak.

Kies je om te dampen volgens de MTL methode? Dan kun je het beste kiezen voor een MTL e-sigaret. Deze e-sigaretten zijn speciaal hiervoor geschikt. Of een e-sigaret geschikt is voor de MTL dampmethode, hangt af van de weerstand van de coil. Zo zijn coils met een weerstand hoger dan 1 ohm altijd geschikt voor de MTL dampmethode.

MTL dampen doe je over het algemeen met vloeistof met een PG concentratie van 50% of hoger. Meer informatie over PG en VG lees je in het artikel: ['Wat is PG/VG'](#)

Direct Lung (DL)

Wanneer je de techniek Direct Lung toepast, adem je direct de damp in waardoor deze gelijk in je longen terecht komt. Deze techniek kun je vergelijken met het gebruik van een waterpijp; wanneer je hiervan de dampen inademt doe je dit ook met deze inhalatiemethode.

Direct Lung dampen wordt veelal gebruikt in combinatie met een "Sub Ohm" e-sigaret. Dit houdt in een e-sigaret met een coil lager dan 1 ohm. Meer informatie over "Sub Ohm" dampen, vind je in het artikel [‘Alles over Sub Ohm e-sigaretten’](#).

Direct Lung dampen wordt veel gebruikt met vloeistoffen met een hoger VG (aanbevolen 70%VG of hoger). Deze vloeistoffen zijn zoeter van smaak, voller van smaak en zijn geschikt voor de productie van grotere dampwolken. Meer informatie over PG en VG lees je in het artikel: [‘Wat is PG/VG’](#)

Inhalatiemethode aanpassen door airflow

Het is mogelijk om de inhalatiemethode te beïnvloeden door de aanpassing van de airflow. Zo kan een verminderde airflow de gebruiker helpen om te dampen via de MTL methode. Dit doe je door de airflow ring op de clearomizer zo in te stellen dat deze een minimale luchttoevoer heeft vanaf de onderzijde.

Andersom is het dus ook mogelijk een DL effect te realiseren door de airflow ring volledig open te draaien.

Echter zijn niet alle clearomizers geschikt voor het aanpassen van de airflow. Alleen de geavanceerde clearomizers van hoge kwaliteit bieden verschillende inhalatiemethodes.



Onderhoud van de e-sigaret

Een e-sigaret is een product die meestal dagelijks gebruikt wordt door de consument. Hierdoor is het belangrijk deze op de juiste manier te onderhouden om problemen te voorkomen.

Schoonmaken

Zoals eerder is benoemd in het informatieboek bestaat de e-sigaret uit verschillende onderdelen: de driptip (mondstuk), de coil, de clearomizer, en de batterij. De clearomizer bestaat weer uit verschillende onderdelen die goed onderhouden moeten worden. In principe is het met de gehele tank mogelijk om deze schoon te spoelen met lauwwarm water (en een klein druppeltje zeep), behalve de coil. Deze mag niet in contact komen met water. Wel kunt u de coil afdeppen met een droge doek of een stuk keukenrol. Zorg er voor dat alle onderdelen na het schoonmaken teruggeplaatst worden zoals het hoort. Dit om eventuele lekkage te voorkomen.

Vervangen van de coil

Het wordt aangeraden om elke 2 tot 4 weken een coil te vervangen. Je merkt vanzelf wanneer deze aan vervanging toe is. Dit kan op de volgende manieren:

- Het nemen van een trek wordt 'lastiger'; voelt strakker aan
- Minder dampproductie
- De smaak is anders of je ruikt/proeft een verbrande smaak

Onderhoud van de batterij

Een batterij heeft een bepaalde duurzaamheid. Om deze op de optimale manier te gebruiken adviseren wij de batterij altijd vol op de laden en deze te gebruiken tot deze helemaal leeg is. Zoals bij vele gebruiksvoorwerpen is dit de juiste manier om de duurzaamheid van de batterij te behouden.

DAMP.NL
— Elektronisch Roken —

Over deze handleiding/Disclaimer

De informatie in deze handleiding kan soms model specifiek afwijken. Daarom kan deze informatie alleen als leidraad te worden gebruikt. Voor specifieke productinhoudelijke vragen adviseren we om contact op te nemen met onze klantenservice.

Deze handleiding is puur en alleen maar als informatief bedoeld en wordt op geen enkele wijze ingezet voor het aanprijzen van individuele producten. Daarnaast kunnen er geen medische conclusies worden getrokken naar aanleiding van deze informatie.

Deze informatie is samengesteld door de kennis over de e-sigaret en elektronisch roken van onze medewerkers en wordt ingezet om startende gebruikers een eerste indruk te geven op veel specifieke termen binnen deze producten. Mogelijke onjuistheden voorbehouden. Wij doen ons best de informatie in deze handleiding regelmatig te updaten.



DAMP.NL
— Elektronisch Roken —

Extra: Dampwoordenboek

In dit extra hoofdstuk worden de belangrijkste termen over elektronisch roken op alfabetische volgorde uitgelegd. Kom je er niet aan uit? Dan horen wij dat natuurlijk graag.

510 aansluiting

Bij een 510 aansluiting wordt de clearomizer op de batterij geplaatst waarbij de schroefdraad zich aan de binnenzijde van de batterij bevindt.

510 naar eGo adapter

Met dit adaptertje kunt u een 510 aansluiting omzetten in een eGo aansluiting.

AC Adapter

Deze wordt gebruikt om uw e-sigaret op te laden. Met de meegeleverde USB kabel kan het opladen van uw sigaret zowel op het stroomnet als op een andere geschikte voorziening met een USB aansluiting.

Air flow

De hoeveelheid lucht die langs de coil/atomizer komt op het moment dat je een haal neemt.

Ampère

Het aantal ampère geeft aan wat de grootte is van de hoeveelheid stroom.

Aroma's (E-liquid)

Smaakstoffen die zijn verwerkt in de e-liquid.

Atomizer

Gloeispiraal in een behuizing. Deze zorgt ervoor dat de vloeistof (e-liquid) in een elektrische sigaret wordt omgezet in damp. Wordt veelal gebruikt in combinatie met een cartridge

Brander

Zie coil of Atomizer.

Single coil / Dual coil

Single coil is een coil met een enkele gloeidraad, een dual coil heeft er twee.

Coil

Zorgt net als bij de atomizer voor verdamping van de vloeistof in een e-sigaret.

Cartridge

Plastic tank welke gevuld kan worden met e-liquid. Worden toegepast op Joyetech e-sigaretten in combinatie met een atomizer.

Clearomizer

Compleet bovenstuk van de e-sigaret met aan de onderzijde een schroefdraad voor plaatsing op de batterij. De atomizer of coil is in de tank geplaatst. (na)vulbaar met e-liquid aan de onder- of bovenkant (afneembaar mondstuk).

Dampen

Elektronisch roken

Drip tip

Mondstuk voor een elektronische sigaret.

Dry hit

Indien je een trek neemt van een e-sigaret en er bevindt zich geen e-liquid (meer) in de tank ontstaat een zogenaamde "dry hit". De coil of atomizer is dan droog waardoor een branderige smaak ontstaat.

E-liquid

E-liquid is een vultvloeistof die bedoeld is voor de elektrische sigaret.

E-sigaret

De E-sigaret is een elektronische sigaret en kan als een vervangend middel dienen voor een echte sigaret.

eGo aansluiting

Bij een eGo aansluiting wordt de clearomizer op de batterij geplaatst waarbij de schroefdraad zich aan de buitenzijde van de batterij bevindt.

mAh

Milliampere uur. Deze waarde geeft de waarde van een batterij (b.v. 650 MAh) Hoe hoger de waarde hoe langer de gebruiksduur van de batterij voor deze weer opgeladen moet worden.

MOD

MOD staat voor Modification (veranderbaar) dat inhoudt dat je meer zelf in kunt stellen dan bij de standaard starter sets. Het voltage is bij een MOD zelf in te stellen. Er zijn ook sets waar je wattage en diverse andere instellingen zelf kunt bepalen.

Nicotine

Nicotine is een organische verbinding die in een relatief hoge concentratie voorkomt in de tabaksplant en ook in gedroogde tabak.

Ohm

De weerstand van de verdamper (atomizer/coil) wordt in Ohm weergegeven. Hoe lager deze waarde is hoe minder voltage de verdamper nodig heeft om warm te worden.

PG

PropyleenGlycol. Basisolie in e-liquid die de nicotine en smaakstoffen vasthoudt. Verdampst na verwarming.

Top coil / bottom coil

De top coil zit boven in de tank, dicht bij de driptip. De bottom coil bevindt zich onder in de tank, dicht bij de batterij-aansluiting.

RA / RBA

RA / RBA staat voor ReBuildable Atomizer. Zelf wicken, coils draaien en weerstand bepalen van RBA tanks en RDA atomizers (voor gevordende e-sigaret gebruikers!)

Vaping

Elektrisch roken of dampen

VG

Vegetable Glycerine. Wordt op de zelfde wijze gebruikt als PG maar is vervaardigd uit planten. Is vaak een dikkere vloeistof hetgeen lastiger verdampt.

Pryrex Glas

Speciale glasoort die niet wordt aangetast door e-liquid en daarom ook geen smaak-aroma achterlaat. Gaat dus lang mee.

Tank

Houder voor de e-liquid in een elektronische sigaret.

Throat hit

Throat hit verwijst naar een gevoel dat je krijgt wanneer je nicotine inhaleert. Het is het een milde vorm van irritatie die je in de keel voelt wanneer je inhaleert.

Temperature control (TC)

Beveiliging voor oververhitting van de coil of atomizer ter verkoming van een "dry hit".

Wick

Vezeldraadjes voor transport van e-liquid naar de coil / atomizer

Wattage

Elektrisch vermogen

Weerstand

Elektrische weerstand of resistantie is de elektrische eigenschap van materialen om de doorgang van elektrische stroom te belemmeren.

Sigalike

Een E-sigaret die qua uitstraling lijkt op een gewone sigaret. Wordt meestal vervaardigd in de vorm van een wegwerp sigaret.

Sub ohm dampen

We spreken van Sub Ohm Dampen als de weerstand van de gebruikte coil in de clearomizer lager is dan 1 ohm. Hierbij komt een grote hoeveelheid damp vrij. Voor gebruik van Sub Ohm onderdelen is enige kennis over dampen gewenst!