

## 10 причин отказаться от вейпов

### 1. ВРЕД ВЕЙПА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ДОКАЗАН

Производители электронных устройств уверяют, что внутри - безвредное вещество, чуть ли не чистый водяной пар. Всемирная организация здравоохранения на этот счет имеет совершенно противоположное мнение.

**В докладе «Об электронных системах доставки никотина» ВОЗ** сообщается, что «аэрозоль ЭСДН (электронные системы доставки никотина) не является всего лишь «водяным паром», как это часто утверждается».

Эксперты установили, что основными компонентами раствора, помимо никотина, являются пропиленгликоль, глицерин, ароматизирующие вещества, формальдегид и другие, вызывающие рак, вещества.

в состав курительных смесей входят канцерогенные вещества. А также никотин, вызывающий зависимость и являющийся нейротоксическим ядом.

### 2. ВЕЙПЫ ИНОГДА ВЗРЫВАЮТСЯ

В мире было зафиксировано уже несколько случаев, когда вейп взрывался во рту курящего.

Были такие инциденты и в России. Последний произошел несколько недель назад, когда в Морозовскую детскую больницу доставили 17-летнего школьника, у него вместо рта было сплошное кровавое месиво.

Рванувший вейп разворотил мальчику челюсти, зубы, губы. Хирурги еле спасли жизнь подростку. Но теперь ему предстоит пластика и вставка выбитых взрывом зубов.

### 3. ВЫЗЫВАЮТ АЛЛЕРГИЮ

Принцип работы электронной сигареты - как у кипятильника: спираль нагревается, курительный состав выделяет пар. При этом некоторые компоненты курительной смеси, особенно пропиленгликоль, могут вызвать раздражение верхних дыхательных путей. В итоге все это выливается в аллергическую реакцию.

природный табачный никотин в вейпах заменен на химический, а это еще вреднее.

Например, сульфат никотина, который раньше использовали в качестве пестицидов для уничтожения насекомых, а потом и вовсе запретили из-за их высокой токсичности. А люди, получается, затягиваются аналогами пестицидов!

### 4. ВРЕДЯТ ОРГАНИЗМУ НА КЛЕТОЧНОМ УРОВНЕ

Все ароматизаторы, которыми «набивают» электронные гаджеты, проникают в легкие человека. И влияют на них, причем не поверхностно, а на самом глубоком, клеточном, уровне. Об этом было объявлено в прошлом году на **международной конференции Легочного сообщества США**.

Чем дольше в легких задерживается пар от вейпов, тем масштабнее становится вред.



### 5. ЗА ВЕЙПАМИ ОТСУТСТВУЕТ КОНТРОЛЬ

«Ввоз, продажи, реклама, продвижение и потребление этих изделий никак не регулируются, и представляет серьезную угрозу для достижений реализации антитабачных мер», - приводит один из аргументов для запрета электронных сигарет **Минздрав России**.

Производителей тоже никто особо не контролирует. И для них нет и единых правил. Что напихали – то и курите.

### 6. ДОЗИРОВКА НИКОТИНА И ДОБАВОК НЕИЗВЕСТНА

По причине отсутствия строгого контроля узнать дозировку тех или иных веществ почти нереально. Даже если на упаковке написано, что это устройство с низким содержанием никотина, никто это проверить толком не сможет.

«Вот смотрите, на пачке обычных сигарет хотя бы указывается, сколько там смол, никотина, - говорит наш эксперт Маринэ Гамбарян. - В случае с электронными заявленное количество никотина и других веществ часто не совпадает с их фактическим содержанием».

Человек думает, что раз купил электронную сигарету, то теперь курит меньше - а на самом деле это может быть даже больше, чем в обычной сигарете. О каком отказе от никотина тогда может идти речь

### 7.РИСК СТАТЬ «КУРИЛЬЩИКОМ В КВАДРАТЕ»

Электронные сигареты часто используют как способ отказаться от обычных сигарет. Однако часто это просто сказка.

Во-первых, вейпы сами вызывают никотиновую зависимость, хоть и не в таких объемах, как табачные изделия.

Во-вторых, люди, у которых не получается завязать с табаком, становятся курильщиками в квадрате: смолят и обычные сигареты, и электронные.

## **8. УГРОЗА ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ**

**Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ)** предупреждает - люди, находящиеся рядом с активными вейперами, также подвергаются воздействию частиц вредных курительных смесей:

«Нам неизвестно, повлечет ли возросшее воздействие токсичных веществ и частиц повышение риска заболевания и смерти среди окружающих, как это происходит в случае воздействия табачного дыма. Однако эпидемиологические фактические данные, полученные в результате экологических исследований, указывают на неблагоприятные последствия для организма».

## **9. ТАК ВЫ ВСЕ РАВНО КУРИТЬ НЕ БРОСИТЕ**

Исследование, опубликованное в журнале **JAMA Internal Medicine** в 2014 году, показало, что заметного отказа от сигарет в результате перехода на электронные аналоги нет. Даже год спустя после перехода на вейпы, курильщики по привычке тянутся к обычным сигаретам с табаком.

## **10. НА ВАС ПРОСТО ЗАРАБАТЫВАЮТ**

На курильщиках вейпов просто зарабатывают, убивая их здоровье. К 2030 году продажи, согласно прогнозам, возрастут в 17 раз. За свою короткую историю электронные сигареты сделали успешную «карьеру» - собрали большую паству приверженцев и, по мнению экспертов, в ближайшие 10-15 лет обгонят по продажам обычные сигареты.

При этом, по оценкам ВОЗ, если еще три года назад в мире насчитывалось 466 бренда, то сегодня число желающих поживиться за ваш счет возросло примерно в полтора раза. Они богатеют, а вы послушно несете денежки в кассу снова и снова.

## **СКАЗАНО!**

**Главный психиатр-нарколог Минздрава России:**

«Употребление психоактивных веществ влечет за собой дальнейшее употребление не только никотина. Это входные ворота в любую другую наркотизацию. А поскольку в вейпах еще содержатся всякие многоатомные спирты и эфиры, то они еще и бьют по мозгам и «ослабоумливают» человека».

## **А КАК У НИХ?**

В США запрет на продажу электронных сигарет лицам младше 18 лет был введен в 2016 году.

Страны, в которых электронные сигареты - вейпы - запрещены совсем:

Бразилия, Австралия, Новая Зеландия  
Бельгия, Норвегия, Сингапур, Аргентина  
Канада, Сейшельские острова, Уругвай

Мы всегда говорим: если хочешь выделиться, то сделай это красиво — и это не курево, однозначно. Но если бы мы узнали, что ребенок курит, мы бы, конечно, не стали ругать, вскидывать руки и говорить: «Как ты мог(ла)!»

Наверное, я бы сказала:  
«Попробовал(а) — и хватит!»

## **Вред электронных сигарет для подростков**

**Или**

## **10 причин отказаться от вейпов**

Многие подростки, считая, что электронные сигареты безопаснее, чем обычные, курят их бесконечно.

Из-за чего повышается риск развития болезней легких, включая астму. «За пять лет потребление американскими подростками электронных сигарет выросло в 10 раз.

И за последние несколько лет резко возросло количество больничных, которые курильщики вейпов брали в школе по причине проблем с бронхами и легкими»,

Подготовила  
педагог-психолог Шмыкова О.А.

2019 год