

## Что нужно знать родителям о вреде вейп – сигарет на организм подростка

**Электронная сигарета** для подростков не предназначена, однако ребята активно используют такое приспособление. Применение электронной сигареты подросткам противопоказано, так как она оказывает крайне негативное воздействие на организм, который недостаточным образом функционирует.

Такое явление обусловлено различными факторами, с которыми следует ознакомиться родителям. Курить электронную сигарету пытаются многие подростки. Согласно собранным статистическим данным, до 40% детей, которые достигли 14 лет, обращаются к использованию этого приспособления. При этом важно отметить, что курение обычных сигарет ими ранее не осуществлялось. Около 50% подростков хотя бы однажды применяли электронную сигарету. По определенным причинам к реальному табаку интереса у большинства лиц этой категории не возникает. Так, использование предлагаемого приспособления причиняет вред здоровью, после чего возникают довольно серьезные опасения.

### Можно ли курить подросткам электронные сигареты?

Специалисты не рекомендуют. Это связано в первую очередь с огромным риском возникновения хронических заболеваний, которым ребенок подвергается. Никотин в электронных сигаретах присутствует, и порой потребляется использующим прибор даже в большем объеме, чем с классическим табаком. А это причиняет огромный вред детскому организму. Реальная проблема состоит в том, что дети находятся под угрозой получить никотиновую зависимость и им будет очень сложно от нее избавиться. А если рассматривать долгосрочный временной отрезок, то нужно беспокоиться об огромном вреде для здоровья. Обычно производители представляли сигарету электронного типа в качестве средства, направленного на борьбу с курением. Но необходимо обратить внимание на то, что у подростков пагубная привычка от этого только появляется.

### Выводы:

- 1 В курительной смеси для электронной сигареты содержатся вещества, вредные для растущего организма, в том числе канцерогены, токсичные вещества.
- 2 Заявление о «безвредности» электронных сигарет, их альтернативности курению является не более чем маркетинговым ходом.
- 3 В настоящий момент не существует закрепленных стандартов, которые регламентировали бы осуществление контроля за составом и качеством никотиновых и без никотиновых смесей, в связи с чем заявленное на упаковке количество того или иного компонента далеко не всегда соответствует реальности.
- 4 Увеличение количества вейперов выгодно производителям как электронных, так и обычных сигарет, так как многие люди, начинающие курение с электронных сигарет, впоследствии переходят на обычные.
- 5 Происходит рост числа подростков-вейперов, которые не пробовали курить обычные сигареты, пока не узнали о «безвредной» альтернативе.
- 6 Информация о вреде электронных сигарет нова, и потому не всем известна. В связи с этим не все родители запрещают подросткам использовать электронные сигареты, а некоторые даже поощряют это увлечение, уверенные в его безопасности.

### На что следует обратить родителям

На современном этапе достаточно много подростков хотя бы раз курили электронную сигарету. Специалисты уверены, что такое курение очень быстрыми темпами обуславливает появление у подростка или ребенка никотиновой зависимости. Со временем сторонники электронной сигареты начинают курить обычный табак. Никотин, который входит в состав электронных сигарет, оказывает негативное воздействие на молодой, еще не полностью сформировавшийся и окрепший организм. Активный ингредиент отрицательно влияет на организм в целом. Ребенок становится без

причины раздражительным, у него резко меняется настроение, начинаются проблемы с органами дыхательной системы. Из-за частых перепадов настроения у подростков снижается активность, они с меньшим интересом вовлекаются в учебный процесс, от этого они теряют способность к анализу, синтезу.

**Главная задача родителей** в сложившейся ситуации - это выявление причины такого протеста ребёнка. Возможно, необходимо расширить права ребёнка, но при этом напомнить ему о его обязанностях; не устраивать допросов и не читать нотаций, ни кричать, ни попрекать, а попробовать разобраться, что его подтолкнуло на такой шаг. Рассказать о необратимых последствиях, а также дать ребёнку возможность принять решение самостоятельно.

## ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ

*Мифы и правда*

Производители электронных сигарет позиционируют свою продукцию как способ «безопасного» курения и даже как способ отказа от курения и лечения табачной зависимости. Так ли это?



### МИФ 1: электронные сигареты безвредны и их можно курить вместо обычных сигарет

*Безопасны?*

- Электронные сигареты не безопасны – их аэрозоли содержат высокотоксичный никотин и другие химические токсины и канцерогены (карболовые соединения, тяжёлые металлы)
- Состав жидкостей для электронных сигарет не регулируется никакими стандартами. Заявленное на упаковке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с фактическим составом жидкости.
- Содержащийся в жидкости для заправки электронных сигарет сульфат никотина – мощный нейротоксин, который при попадании в организм через кожу или желудок способен вызвать тяжёлые отравления вплоть до смертельного исхода.

### МИФ 2: они безвредны для окружения, их можно курить там, где курить нельзя

*Безвредны?*

- Пары, выпускаемые электронными сигаретами, не безвредны для окружающих. Содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет делает их очень опасными для окружающих.
- Курить электронные сигареты в местах, запрещённых для курения, нельзя, так как потребление всего, что имитирует курение, в общественных местах запрещено Федеральным законом № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

### МИФ 3: они помогают бросить курить

- Нет никаких фактов, доказывающих эффективность применения электронных сигарет как средства лечения табачной зависимости. Напротив, серьёзные международные исследования показывают, что применение электронных сигарет не помогает курильщикам отказаться от табака.

## Кому это выгодно?

Если не запретить электронные сигареты, то они могут вернуть былую моду на курение. Многие табачные компании сами заняты производством электронных сигарет. Они знают: пока будут разрешены электронные сигареты, и пока новые курильщики будут их пробовать, никогда не иссякнут ряды потребителей табачной продукции.

## БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ!

Доказано, что треть подростков, попробовавших электронные сигареты, никогда не курили. Попробовав электронные сигареты из любопытства, они быстро становятся постоянными потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий – «двойными» курильщиками.

## ПОМНИТЕ!

- Электронные сигареты сами вызывают и поддерживают никотиновую зависимость, порой большую, чем табачные изделия
- Потребители электронных сигарет наносят непоправимый вред своему здоровью
- Потребление электронных сигарет сводит к нулю все шансы курильщика полностью отказаться от курения