

## Борьба с курением. Вред электронных сигарет.

Подростковое курение - распространённая проблема в современном мире. Кто-то пытается подражать взрослым, многие курят просто за компанию, чтобы не выделяться среди своих. Так или иначе, курение на неокрепшем организме сказывается разрушительно на здоровье в целом.

О том, что курить вредно, знают все. А вот кальяны, вейпы и прочие электронные девайсы многие считают безвредной альтернативой сигаретам. Так ли это на самом деле?

«Вейп» - представляет собой парогенератор с аккумулятором и нагревательным элементом. Процесс курения имитируется за счет вдыхания пара, образованного устройством. Для работы электронной сигареты



необходима специальная смесь, которая приобретается отдельно. Смеси содержат в своем составе никотин. А значит, все виды негативного действия этого вещества на организм актуальны и для электронных устройств. Более того, «вейперы», оправдываясь тем, что их пристрастие якобы безопасно, могут потреблять большое количество никотина. Никотин вызывает мощное привыкание и является мощным нейротоксином, то есть ядом.

IQOS - это устройство системы нагрева табака - состоящее из коробочки и стержня. В стержне находится прессованный табачный порошок (стик), смоченный пропиленгликолем - он же пищевая добавка E1520. Частицы стика связывают между собой добавленные в табак целлюлозные волокна. Кроме того, в пропитку стика входят глицерин (растительного происхождения) и гуаровая камедь (пищевой загуститель). В коробочке есть батарейка и металлическая пластина. При работе ток от батареи проходит через пластину, нагревая ее. А та греет стержень. Температура нагрева может быть разной - от 240 (GLO) до 350 (IQOS) градусов.



У подростков, которые **«парят»** электронные сигареты, наблюдается мощное угнетение центральной нервной системы и деятельности головного мозга. Опасность в том, что при использовании «вейпов», «GLO», «IQOS», у несовершеннолетних наблюдается раздражение в поведении, нарушается нормальный режим отдыха и учебы, снижается стрессоустойчивость. Химические вещества, находящиеся в

смеси, оказывают и физические последствия. Такие как, нарушение работы дыхательной системы: повреждаются бронхи, трахеи и легкие; снижение иммунной системы, проявление аллергических реакций, а в дальнейшем и развитие бронхиальной астмы.

У молодых людей затормаживается развитие всех основных познавательных процессов, к которым относятся внимание, мышление, память, воображение, творческие навыки. Помимо того, что курение оказывает разрушительное действие на организм подростка, вызывает оно и психологическую зависимость.

### **Каковы же действия родителей, в случае, если вы заметили, что ваш ребенок курит электронные сигареты или сигареты с табаком?**

Доверительные отношения с родителями или другими значимыми взрослыми - главное условие, способное помочь подростку встать на правильный путь. Авторитетный для несовершеннолетних человек, способен донести до него реальные масштабы вреда от курения электронных сигарет наряду с рассказами о вреде табакокурения и употребления алкоголя. Ощутимым плюсом также является наличие у подростка любимого занятия, например, посещения спортивной секции, творческих занятий или совместный досуг с родителями. Любой ребенок хочет состояться в важном для себя деле, а при правильной расстановке приоритетов и владении верной информацией он поймет, что вредные привычки неизбежно помешают успеху.

Несовершеннолетние и курение сигарет, в том числе и электронных - проблема, требующая пристального внимания. Родителям необходимо усилить контроль за своим ребенком в его подростковом периоде, вести постоянные беседы и своим положительным примером предотвратить употребление сигарет.



### **Неправильное использование электронной сигареты приводит к инвалидности**

- Электронная сигарета взорвалась в руке молодого американца - мужчина получил серьезные травмы и может навсегда остаться инвалидом..
- Студент университета при взрыве электронной сигареты получил перелом позвоночника и лицевой кости, лишился передних зубов. По словам хирургов, состояние пациента стабильное, но молодой человек может остаться навсегда прикованным к инвалидному креслу.
- Сигарета начала греться и дымиться у него в руках. Мужчина успел бросить сигарету, но она взорвалась рядом с его ногами, нанеся глубокие раны.

#### Причины несчастных случаев:

- Устройство подростком может быть неправильно собрано. Электронные сигареты продаются в разобранном виде и безопасны лишь в том случае, если человек знает, как их правильно собрать, отметила она.

- Батарея, установленная в сигарете, может оказаться не подходящей к данной модели, слишком мощной. Установка батарей повышенной емкости может привести к взрыву электронной сигареты.

- 92% марок ароматизированных электронных сигарет опасны, так как содержат опасные химические вещества - диацетил, ацетоин, пентандион. Заправка картриджа сигареты неправильным количеством жидкости приводит к взрыву сигареты, что приводит к разрыву челюсти, инвалидности, уродству, а иногда к летальному исходу.

Дым электронных сигарет и составляющие жидкости, которая испаряется при вейпинге, содержат не меньше канцерогенов, чем табачный дым. В результате клетки легких и других органов тела убиваются столь же активно. Основная причина отмирания клеток - действие формальдегида и ароматических наполнителей вроде диацетила, которые обладают канцерогенным эффектом и запускают апоптоз (своеобразную программу самоуничтожения после «поломок» в цепочке ДНК).

Реализация классических табачных изделий лицам, которые не достигли совершеннолетнего возраста, запрещается на законодательном уровне в строгом порядке. Относительно устройств электронного типа таких строгих правил не существует. Привлекают электронные сигареты юных потребителей вкусовыми качествами. Это явление в последнее время носит крайне отрицательную тенденцию, так как количество курящих несовершеннолетних лиц все время увеличивается.