**ПАМЯТКА** для родителей и подростков

**«ОСТОРОЖНО, ВЕЙПЫ!**

Вейпы- это электронные сигареты, мини-кальяны. Вейпинг (от английского - vaping -парение) - процесс курения электронной сигареты, испарителей и других подобных устройств. Вейперами называют курильщиков, которые курят не обычные сигареты, а сигареты с электронной начинкой.

Электронная сигарета для подростков не предназначена, однако данная категория людей активно использует такое приспособление

**Чем вредна электронная сигарета?**

* Курение вейпов вызывает психологическую зависимость.  Таким образом, потребление электронных сигарет, сводит к нулю все шансы курильщика когда-нибудь полностью отказаться от курения.
* Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
* Существенно ухудшается умственная активность. Негативное отражение на ребенке можно увидеть по снижению уровня его успеваемости в школе, физических возможностей при занятии спортом и пр.
* Ребенок становится без причины раздражительным, у него резко меняется настроение, начинаются проблемы с органами дыхательной системы
* Воздействие аэрозоля электронных сигарет снижает реакцию иммунной системы и увеличивает восприимчивость к возбудителям гриппа, COVID-19 и других респираторных заболеваний.
* Даже при кратковременном воздействии аэрозоля возможно раздражение горла и глаз, кашель и головокружение.
* Никотин, содержащийся в аэрозоле, вызывает сужение артерий, а это может привести к сердечному приступу.
* Электронные сигареты выделяют аэрозоль, то есть, взвесь частиц в газе. Мелкие частицы аэрозоля всегда травмируют лёгкие, могут

**ПАМЯТКА** для родителей и подростков

**«ОСТОРОЖНО, ВЕЙПЫ!**

Вейпы- это электронные сигареты, мини-кальяны. Вейпинг (от английского - vaping -парение) - процесс курения электронной сигареты, испарителей и других подобных устройств. Вейперами называют курильщиков, которые курят не обычные сигареты, а сигареты с электронной начинкой.

Электронная сигарета для подростков не предназначена, однако данная категория людей активно использует такое приспособление

**Чем вредна электронная сигарета?**

* Курение вейпов вызывает психологическую зависимость.  Таким образом, потребление электронных сигарет, сводит к нулю все шансы курильщика когда-нибудь полностью отказаться от курения.
* Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
* Существенно ухудшается умственная активность. Негативное отражение на ребенке можно увидеть по снижению уровня его успеваемости в школе, физических возможностей при занятии спортом и пр.
* Ребенок становится без причины раздражительным, у него резко меняется настроение, начинаются проблемы с органами дыхательной системы
* Воздействие аэрозоля электронных сигарет снижает реакцию иммунной системы и увеличивает восприимчивость к возбудителям гриппа, COVID-19 и других респираторных заболеваний.
* Даже при кратковременном воздействии аэрозоля возможно раздражение горла и глаз, кашель и головокружение.
* Никотин, содержащийся в аэрозоле, вызывает сужение артерий, а это может привести к сердечному приступу.
* Электронные сигареты выделяют аэрозоль, то есть, взвесь частиц в газе. Мелкие частицы аэрозоля всегда травмируют лёгкие, могут

вызывать раздражение альвеол, кашель и другие респираторные проблемы.

* Снижается выносливость, наступает нервное истощение
* Постепенное снижается слух и зрение. повышается внутриглазное давление, что может привести к развитию глаукомы
* Ухудшается функционирование щитовидной железы
* Происходит задержка в умственном и физическом развитии
* Возникает опасность для репродуктивного здоровья: в будущем риск бесплодия
* Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца.
* Курение электронных устройств не исключает никотиновую зависимость.
* Общее использование одним устройством может привести к заражению гепатитом и туберкулезом.
* Чрезмерный нагрев курительного раствора в электронных сигаретах способствует изменению состава, трансформируя безопасные химические вещества в опасные для здоровья вещества (альдегиды).
* Ароматизаторы, которые содержатся в масляных заправках для электронных сигарет провоцируют аллергические реакции.

Доказано, что одна треть подростков, попробовавших электронные сигареты, прежде никогда не курили. Попробовав электронные сигареты из любопытства, они быстро становятся стойкими потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий, так называемыми «двойными» курильщиками. А это как раз то, к чему стремятся табачные компании.

Берегите себя и своих детей!

вызывать раздражение альвеол, кашель и другие респираторные проблемы.

* Снижается выносливость, наступает нервное истощение
* Постепенное снижается слух и зрение. повышается внутриглазное давление, что может привести к развитию глаукомы
* Ухудшается функционирование щитовидной железы
* Происходит задержка в умственном и физическом развитии
* Возникает опасность для репродуктивного здоровья: в будущем риск бесплодия
* Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца.
* Курение электронных устройств не исключает никотиновую зависимость.
* Общее использование одним устройством может привести к заражению гепатитом и туберкулезом.
* Чрезмерный нагрев курительного раствора в электронных сигаретах способствует изменению состава, трансформируя безопасные химические вещества в опасные для здоровья вещества (альдегиды).
* Ароматизаторы, которые содержатся в масляных заправках для электронных сигарет провоцируют аллергические реакции.

Доказано, что одна треть подростков, попробовавших электронные сигареты, прежде никогда не курили. Попробовав электронные сигареты из любопытства, они быстро становятся стойкими потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий, так называемыми «двойными» курильщиками. А это как раз то, к чему стремятся табачные компании.

Берегите себя и своих детей!