

# ВСЯ ПРАВДА ОБ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТАХ

## ЧТО ЭТО ТАКОЕ?



### ЧТО ВДЫХАЕТ ЧЕЛОВЕК?

Жидкость для «курения», которая состоит из основы (пропиленгликоль или пищевой глицерин) и ароматизатора, имитирующего запах дорогих сортов табака, а также может включать в себя синтетический никотин.

Картриджи – сменные герметичные контейнеры с жидкостью для «курения» делятся на четыре типа по содержанию в них никотина: HIGH (высокое), MEDIUM (среднее), LOW (низкое), NO (нулевое, без никотина).

### ЧТО МЫ ЗНАЕМ О ВЕЙПИНГЕ НА САМОМ ДЕЛЕ



Увеличивается кровоточивость десен



Ускоряет всасывание никотина



Привычка курить не исчезает, появляется зависимость от парения



Электронные сигареты не сертифицированы ВОЗ



Большое количество подделок



Пропиленгликоль, входящий в состав жидкости для «курения», может вызывать аллергию



Формальдегид, высвобождающийся при парении вызывает изменения нервной системы, повреждает головной мозг



Акролеин разрушает слизистую оболочку глаз и дыхательных путей

В мире около **1,5 млрд** курильщиков.  
Ежегодно **5,5 млн** человек УМИРАЕТ  
от болезней, вызванных табакокурением.

КДН и ЗП



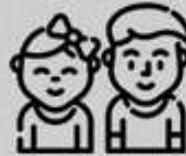
# ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ

Безусловно, выдыхаемый пар от вейпа не содержит такого большого набора канцерогенных смол, но и безвредным его назвать трудно.



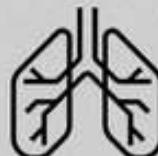
## ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

В паре содержатся потенциально вредные химические вещества, которые могут способствовать развитию рака



## ВРЕД ДЕТЬЯМ

Дети, вдыхающие пар, рисуют получить дозу вредных веществ, никотиновую зависимость, аффективные расстройства и ослабление импульсного контроля



## ПРОБЛЕМА С ЛЕГКИМИ

Диацетил, содержащийся в паре электронных сигарет, может вызывать хрупкость легочной ткани



ВЕЙПЫ ОПАСНЫ  
ДЛЯ СЕРДЦА

НЕ МЕНЬШЕ,  
ЧЕМ СИГАРЕТЫ

# **КУРЕНИЕ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ ПРИВОДИТ К НЕГАТИВНЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ**

- Снижение темпов роста организма;
- Нарушение обмена веществ;
- Снижение темпов прибавки веса;
- Быстрая утомляемость;
- Низкий иммунитет;
- Повышение внутриглазного давления;
- Нарушения зрения;
- Нарушения слуха.





ВЕЙПЫ - опасная мода  
среди подростков!!!

# Причины, побуждающие подростков курить

**1 место** - начинают курить под психологическим воздействием своих приятелей курильщиков.

**2 место** - любопытство, интерес, чувство новизны.

**3 место** - желание казаться взрослым: Сигарета в руках - символ независимости и самостоятельности.





## ГЛИЦЕРИН

Используется в парфюмерии для смягчения кожи и в пищевой промышленности как загуститель. Вызывает сухость во рту. Может ухудшать состояние кровеносных сосудов и нарушать кровообращение. Является хорошей средой для развития бактерий.



## НИКОТИН

Алкалоид естественного происхождения (в электронных сигаретах синтетический). Угнетает нервную систему, ухудшает зрение, вызывает поражение органов пищеварения. Вызывает выработку адреналина, что повышает нагрузку на сердце. Провоцирует выработку дофамина – гормона удовольствия, что дает основания считать никотин наркотическим веществом.



## ПРОПИЛЕНГЛИКОЛЬ

Используется как пищевая добавка. Может вызывать заложенность носа, кожную сыпь и прочие аллергические реакции.



## АРОМАТИЧЕСКИЕ ДОБАВКИ

Вызывают ускоренное всасывание никотина в кровь и тем самым усиливают его поражающее действие.



## МЕТАЛЛЫ, В ЧАСТНОСТИ, НИКЕЛЬ

Могут вызывать интоксикацию организма.

# Состав электронной сигареты



# Что вреднее?

Какой смысл сравнивать между собой вещи,  
которые всё равно являются вредными?



## Что такое вейп?

Если буквально, это сокращение от слова vapour, "пар". Сейчас под вейпингом понимается целая субкультура, связанная с электронными парогенераторами.

## Чем отличается от курения?

Принцип работы абсолютно разный: в вапорайзерах жидкость, состоящая из глицерина, пропиленгликоля, ароматизаторов и никотина нагревается до испарения в атомайзере.

## Когда это началось?

В 2004 году в Гонконге, когда была изобретена первая электронная сигарета. Но 10 лет спустя вейпинг стал активно набирать обороты — результаты вы и сами видите.

Здоровому образу жизни привет.  
Вредным привычкам скажем НЕТ!

## МИФЫ о ВЕЙПАХ

1. Пар оказывает более разрушительное воздействие на лёгкие, чем дым. Это не так, хотя некоторые вейперы употребляют больше никотина, чем традиционные курильщики, чаще прикладываясь к сигарете.
2. Никотин при парении электронных сигарет усваивается лучше, чем при курении обычных. Ложь
3. Крысы-вейперы заработали воспаление лёгких и дыхательную недостаточность. Правда
4. При взрывах электронные сигареты наносят тяжкие телесные повреждения. Правда
5. Количество вредных веществ в паре увеличивается от напряжение батареи и длительности курения. Правда
6. Количество канцерогенных веществ в паре выше, чем в сигаретном дыме. Ложь, в паре электронных сигарет нет канцерогенов, которыми богат табачный дым. Но пока не до конца изучено действие оксида пропилена, который образуется при парении.

## Вред/польза вейпов

Вейпы наносят организму вред. Начать надо в первую очередь с никотина. Это наркотическое вещество с сильным нейротропным действием, которое помимо действия на нервную систему, негативно воздействует на сосуды и сердце.

Выявлено высокое содержание в дыме различных химикатов, в том числе, таких, как диэтиленгликоль, входящего в состав антифириза, и нитросамин, приводящего к возникновению рака.

Формирование привыкания к электронной сигарете

Электронные сигареты не содержат смол, табака и т.д. Но сути это не меняет — они все же вредны. К тому же от синдрома курильщика они не спасают: остаются те же привычные механические движения, налицо та же психологическая зависимость.

Процесс не приносит здоровью пользы

Занимайся спортом –  
получай здоровье  
оптом

ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК УСПЕШЕН!