***Осторожно, вейпинг!***

***(Памятка для учащихся и родителей)***

Ежедневно на улицах городов мы видим людей, выдыхающих большое количество пара, использующих для этого специальные устройства.

Вейпинг (от английского - vaping -парение) - процесс курения электронной сигареты, испарителей и других подобных устройств.

Вейпы - электронные сигареты, мини-кальяны.

Вейперы - новый вид курильщиков, которые курят не обычные сигареты, а сигареты с электронной начинкой, пропагандируя курение электронных устройств как безопасную альтернативу обычным сигаретам.

**Цели курильщиков электронных сигарет:**

* Бросить курить обычные сигареты
* Избавиться от запаха табака;
* Психологическая привычка;
* Ради интересной беседы;

**Как устроен вейп?**

Вейп можно сравнить с ингалятором, в котором при закипании жидкости образуется пар, который вдыхает курильщик. Из чего состоит жидкость для парения?

* Глицерин
* Пропиленгликоль (Е1520)
* Ароматические добавки
* Никотин (не всегда)

**Вейперы считают, что:**

* курение электронных сигарет не несет вред здоровью
* курение электронных сигарет не опасно, т.к. при курении не выделяются смолы.

**НО отсутствие канцерогенных смол не может сделать устройство для парения абсолютно безопасным.**

**Что мы имеем на самом деле?**

* Во многих случаях жидкость для электронных сигарет готовят вручную, такая жидкость стоит в разы дешевле и доступна каждому. На таком товаре нет информации о составе.
* В выделяющемся паре при курении электронных сигарет содержится 31 опасное вещество
* При нагревании аккумулятора устройства для парения концентрация выделяемых канцерогенных веществ значительно увеличивается.

**Воздействие на организм:**

* Вейперы подвергают себя риску развития смертельной **«попкорновой болезни».** Такой вывод сделали ученые, обнаружив токсичный химикат ***диацетил*** в 75 % ароматизаторов для курения. Диацетил используется во многих ароматизаторах (фруктовый ароматизатор, запах кондитерских изделий, конфет) Диацетил, химическое вещество, используемое в качестве аромата масла в продуктах питания, стало причиной развития облитерирующего бронхиолита. Это заболевание было обнаружено у сотрудников компании-производителя попкорна. *Данное вещество употреблять в пищу можно, но при вдыхании на протяжении долгого времени оно становится опасным*. Диацетил вызывает воспаления, образование рубцов, сужение бронхиол (крошечных дыхательных путей в легких)
* Пропиленгликоль имеет свойство накапливаться в организме, вызывая аллергические реакции.
* Акролеин раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также проявляет мутагенные свойства.
* Ароматизаторы,      содержащиеся      в        жидкости    для    курения, вызывают аллергические заболевания верхних дыхательных путей вплоть до развития бронхиальной астмы
* Никотин, содержащийся в жидкостях вызывает зависимость, а также приводит к развитию раковых заболеваний.
* Вдыхаемый дым вызывает сухость во рту.
* Бесконтрольное вдыхание пара, содержащего никотин, может привести к передозировке никотина с соответствующими симптомами: головокружением, тошнотой, головной болью, повышенным слюноотделением, болью в животе, диареей, общей слабостью.
* Известно о некоторых случаях, взорвавшихся около лица электронных сигаретах в связи с перегревом аккумулятора.

**Кому ни в коем случае нельзя курить электронные сигарет любых видов?**

* Беременным женщинам
* Аллергикам
* Лицам в возрасте до 18 лет
* Некурящим

**Каждый курильщик электронных устройств обязан знать, что:**

* Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
* 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.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) относит электронные сигареты к электронным системам доставки никотина и отмечает, что их применение недостаточно исследовано в отношении безопасности и эффективности в качестве средства лечения никотиновой зависимости.

**Курение вредит здоровью, последствия курения проявляются позже!**