



## ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ

Электронные сигареты (вейпы) -электронное устройство, генерирующее высокодисперсный аэрозоль. Они изобретены в 2003 году и с того периода получили широкое распространение. *Жидкость используемая в вейпах, содержит ароматические добавки, никотин (не всегда), а некоторые курильщики, к сожалению, используют препараты конопли.* Процесс курения электронных сигарет называется вейпингом. Исследования показали, что вейпы ухудшают защитные барьеры легких, провоцируя периферические бронхиты и фиброз, вплоть до состояний, напоминающих двустороннюю пневмонию. Производители вейпов утверждают, что они более безопасны, чем обычные сигареты, но при курении вейпов происходит более глубокое проникновение веществ содержащихся в них, в легочную ткань, и хронический бронхит при этом развивается быстрее, чем при курении обычных никотиновых сигарет. Вейпинг, так же приводит к развитию сердечно сосудистых заболеваний, т. к. никотин зачастую вызывает повышение артериального давления и частоты сердечных сокращений, что увеличивает нагрузку на сердце. Многие курильщики вейпов кроме них курят и обычные сигареты. Жидкость для электронных сигарет включает растворители (глицерин, ароматизаторы, в ряде случаев никотин; более 20 % её составляет вода). В аэрозолях вейпов обнаруживаются летучие органические соединения и тяжелые металлы, формальдегид и ацетальдегид. Такая смесь безусловно является гепатотоксической и канцерогеной. Курение электронных сигарет может ухудшить и интеллектуально-мнестические способности. А никотин в вейпах присутствует в более доступных формах, чем в традиционных табачных изделиях.

Увы, вейпинг стремительно распространяется в молодежной среде. Подростки воспринимают электронные сигареты, как здоровую альтернативу обычным сигаретам, а вкусовые добавки (ароматизаторы) быстрее способствуют формированию зависимости. При курении вейпов также надо учитывать фактор как «пассивное курение».на сегодня вейпы законодательно запрещены в 27 странах. Согласно резолюции ВОЗ электронные сигареты не считаются безвредными и не рекомендуются, как средства для отказа от обычного курения.

## **ТО, ЧТО НАРКОТИК МОЖЕТ СДЕЛАТЬ С ТОБОЙ...**

Он может уничтожить твою душу...

Он может уничтожить твоё тело...

Он может лишить тебя свободы...

## **ЕСЛИ ЭТОГО ТЕБЕ НЕДОСТАТОЧНО, ТО :**

### **Наркотик влияет на психику:**

- Твои мысли и чувства уже не принадлежат тебе
- Твой разум засыпает, слабеет воля.
- Ты уже не в состоянии созидать и творить, зато натворить – пожалуйста.
- Твое будущее – ограниченность, перспектива – распад, направление движения – только вниз.

### **Наркотик порождает проблемы :**

- В школе – тебе больше не добиться успеха – изменяются цели, мысли о будущем только мешают.
- В семье – ты теряешь контакт с близкими людьми – изменяются ценности, привязанности мешают
- В твоём окружении – многие друзья перестают понимать тебя – они растут, а ты нет
- Настоящие чувства – не для тебя .

### **Наркотик сделает тебя зависимым:**

- Вся твоё жизнь будет подчинена ему – ты можешь превратиться в раба
- Освобождение дается очень тяжело и, к сожалению, не всем.
- Все самое ценное в твоей жизни будет уничтожено и вытеснено им.

### **Наркотик разрушит твой организм :**

- Многие наркотики просто растворяют мозг.
- Ты становишься уязвимым для многих болезней – сил на защиту не остается.
- Внутренние органы быстро стареют.
- Сердце не будет справляться с обычными нагрузками.

### **Ты рискуешь навсегда остаться без семьи:**

- Вряд ли кто выберет тебя, ведь никому не нужен молодой старик.
- Рано или поздно тебе самому станет никто не нужен .

### **Могут возникнуть проблемы с законом:**

- Государство охраняет своих граждан от перспективы разрушения – тебе придется стать нарушителем.
- Наркоманы не знают, что такое честность и порядочность – тебя могут просто подставить.

### **Наркотик укорачивает жизнь :**

- За удовольствие надо платить – отдавать приходится драгоценное время.
- Опасность заражения СПИДОМ – неминуемая гибель.
- Передозировка – часто её последствия – быстрая смерть.
- Окружение наркомана – сплошной криминал, убийство наркомана – обычный случай.
- Часто жить становится настолько «хорошо», что больше и не хочется.

**НО,**

**Ты можешь получить от наркотика массу ощущений и переживаний – что бы ни было вначале, в конце концов наркотик все равно ОБМАНЕТ ТЕБЯ .**

**СТОИТ ЛИ ДОВЕРЯТЬ ЕМУ???**

**ПРОЩЕ ОТКАЗАТЬСЯ ОДИН РАЗ,**

**ЧЕМ ПОТОМ ПЫТАТЬСЯ**

**СДЕЛАТЬ ЭТО ВСЮ ЖИЗНЬ.**

ГБУ РМЭ «Козьмодемьянская МБ»  
Наркологический кабинет