

ВЕЙПИНГ. ЧТО ЭТО ТАКОЕ И ЧЕМ ОПАСНО ЭТО УВЛЕЧЕНИЕ? ИНФОРМАЦИЯ К РАЗМЫШЛЕНИЮ...

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

Вейпы начали свое «шествие» по планете в начале двухтысячных годов и позиционировались как безопасная замена сигарет. В России они обрели популярность после принятия в 2013 году антитабачного закона, запрещающего курение в общественных местах.



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.

Вейпинг – новое течение среди молодежи; курильщики объединяются в группы, покупают различные устройства для парения, которые совершенствуются с каждым днем, приобретая новый дизайн и новые ароматические свойства (со вкусом вишни, мяты, яблока, лимона, кофе и др.). Устройства выглядят как маленькие коробочки с насадкой или длинные украшенные металлические цилиндры, а могут и вовсе иметь эксклюзивный дизайн. В крупных городах открываются вейп-кафе, проходят вейп-фестивали, соревнования.

Вейперов делят на 2 группы:

- Бывшие курильщики обычных сигарет;
- Новые «электронные» курильщики;

Почему люди начинают использовать электронные сигареты?

- ✓ Бросить курить обычные сигареты;
- ✓ Избавиться от запаха табака;
- ✓ «Здоровое» расслабление;
- ✓ Психологическая привычка;
- ✓ Ради интересной беседы;
- ✓ Ради зрелища (вейперы выпускают большие клубы дыма, некоторые способны сделать из этого шоу).



Производители вейпов заявляют, что их продукция совершенно безопасна для организма, т.к. при курении не выделяются смолы. Но в действительности электронные сигареты представляют такой же вред для здоровья, как и обычные.

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 (E1520)
- Ароматические добавки
 - Никотин (не всегда)

Что мы имеем на самом деле?

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 (с запахом кондитерских изделий, конфет, фруктов и ягод) Диацетил, используемый в качестве ароматизатора в продуктах питания, стал 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 бронхолов** (крошечных дыхательных путей в легких).
- Пропиленгликоль имеет свойство накапливаться в организме, вызывая **аллергические реакции, раздражение** и способствует появлению гнойников, вызывает **нарушение работы печени и почек**.
- Термическое разложение пропиленгликоля и глицерина, содержащихся в составе жидкости для заправки устройства, приводит к образованию токсичных веществ - акролеина и формальдегида. Акролеин **раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение**. Формальдегид, помимо перечисленных свойств, оказывает **воздействие на центральную нервную систему**.
- 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.
- Замена курения обычных сигарет электронными может продлевать **период полного отказа от курения**.
- Известно о нескольких случаях **взорвавшихся около лица электронных сигарет** в связи с перегревом аккумулятора.



- Используя устройство для парения в общественных местах, среди детей и молодежи вероятен большой риск подать заразительный пример, и, возможно, те, кто не курил вообще, начнут курить именно с подобного испаряющего устройства.
- Курение вейпов вызывает *психологическую зависимость*.

Кому ни в коем случае нельзя курить электронные сигареты 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.

Поможет ли вейп бросить курить?

Многие люди покупают электронные сигареты, чтобы отказаться от обычных, а со временем совсем бросить курить. Но это только миф. Прежде всего, вейпы сами являются причиной никотиновой зависимости, правда, менее выраженной. К тому же подавляющее большинство курильщиков даже через год одновременно с электронными сигаретами продолжают курить обычные.

В апреле 2023 года Президент РФ подписал закон об ограничении продаж устройств для потребления никотинсодержащей продукции (так называемый «закон о вейпах»).

Федеральный закон от 28.04.2023 № 178-ФЗ вводит существенные ограничения и запреты на продажу устройств для потребления никотинсодержащей продукции. Это



любые электронные и иные приборы, которые используются для получения никотинсодержащего или безникотинового аэрозоля и пара, вдыхаемых потребителем, в том числе электронные системы доставки никотина и устройства для нагревания табака, а также их составные части и элементы – электронные сигареты (вейпы), поды, испарители и т.д.

С марта 2024 года в России будет введен запрет на продажу вейпов с ароматизаторами. С апреля запрещена розничная торговля на ярмарках и в онлайн-магазинах, а в обычных торговых точках принадлежности для курения должны быть скрыты с витрины. Кроме того, составлен перечень запрещенных веществ, которые можно обнаружить в составах жидкостей для курения – пищевых ароматизаторов и подсластителей. К ним также отнесли кофеин, таурин, гуарану и другие биологически активные добавки.

Ограничения и запреты, связанные с вейпингом, в той или иной форме действуют во многих странах, в том числе в ОАЭ, Таиланде (здесь за ввоз гаджета для курения можно получить тюремный срок или солидный штраф), Франции, Польше, Беларуси, Индии.

К сожалению, мы не знаем всей правды об электронных сигаретах, поскольку с момента их внедрения прошло слишком мало времени и науке нужны десятилетия,

чтобы лучше понять, как именно такое курение влияет не только на дыхательную систему, но и на все остальное человеческое тело (и на окружающих людей). Поэтому лучший выбор между вейпом и электронными сигаретами — НЕ КУРИТЬ!

Берегите себя и свое здоровье!

Отдел охраны здоровья мэрии города Магадана