**Памятка для учащихся и родителей
"Осторожно, вейпинг!"**

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.
**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 вовсе иметь эксклюзивный дизайн.
**Вейперов** делят на 2 группы:

* Бывшие курильщики обычных сигарет
* Новые «электронные» курильщики

***Цели курильщиков электронных сигарет:***

* 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).
* Курильщики считают курение электронных устройств абсолютно безопасной имитацией курения, но все чаще в различных источниках публикуются материалы, в которых говорится о том, что вред от курения электронных сигарет сравним с вредом от курения обычных.

***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?***Специалисты из Национальной лаборатории имени Лоренса в Беркли определили, какие токсичные вещества образуются при курении электронных сигарет.
В некоторых 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, 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 акролеина и формальдегида, которые обладают токсичными свойствами.
*Акролеин* раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также проявляет мутагенные свойства. *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.
Ученые Кореи провели исследование жидкости для электронных сигарет и выявили как минимум 10 токсинов и несоответствие между заявленным содержанием никотина и фактическим.
Замена курения обычных сигарет электронными может продлевать период полного отказа от курения.
Известно о некоторых случаях, взорвавшихся около лица электронных сигаретах в связи с перегревом аккумулятора.
Общее использование одного вейпа может привести к передачи инфекционных заболеваний таких как гепатит и туберкулез.
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 этого испаряющего устройства.

***Курение вейпов вызывает психологическую зависимость.***

***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.