ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ — С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ МЕДИКОВ.



         Споры о безопасности электронных сигарет для здоровья не утихают с момента их появления. Вместе с тем, популярность этого устройства для курения набирает обороты. И если часть «поклонников» электронной сигареты дымит ею, потому что модно и якобы безвредно, другие позиционируют это устройство как эффективное средство отказа от табакокурения.

**Что такое электронная сигарета?**

         Электронная сигарета – это устройство, которое работает по аналогии с ингалятором. Во время вдоха в организм попадает жидкость в виде пара. Ощущения при этом возникают практически те же, что и при вдыхании дыма обычной сигареты. Жидкостью для курения заполнены специальные картриджи, которые после использования меняются либо заправляются снова.

         В составе жидкости производителем может быть добавлен или не добавлен никотин. Именно отсутствие этого вещества, а также продуктов горения, выделяющихся при курении обычных сигарет, является главным аргументом, который приводят любители электронных сигарет в пользу этого устройства.

**Электронная сигарета состоит из:**

светодиода, который имитирует «огонек» сигареты;

аккумулятора и микропроцессора; сенсора;

распылителя и картриджа с жидкостью

**В составе традиционного «наполнителя» для электронных сигарет содержится:**

55-62% пропиленгликоля;  30-35 % глицерина;  0-3,6% никотина;  2-4% ароматизаторов;  вода в определенной концентрации.

         Пропиленгликоль  и глицерин  используются в пищевой, косметической и фармацевтической промышленности в качестве добавок.

         Вроде бы все допустимо, но не все так однозначно. Большинство производителей добавляют в состав жидкостей никотин. Происходит элементарная замена одной сигареты на другую, только электронную. Это значит, что окончательно распрощаться с этой вредной привычкой не получится. Ведь именно никотин вызывает привыкание, а значит, организм все равно будет требовать новую дозу этого вещества.

         **Так все-таки вред или безвредность?**

         Вейперы подвергают себя риску развития смертельной «попкорновой болезни». Такой вывод сделали ученые, обнаружив токсичный химикат диацетил в 75% ароматизаторов для курения. Фруктовый ароматизатор, запах кондитерских изделий, конфет – это все с диацетилом.  Он вызывает воспаления легких, образование рубцов, сужение бронхиол (крошечных дыхательных путей в легких).

         **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.

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

         Курение – не только физическая, но и психологическая зависимость, а электронная сигарета – лишь замена обычной. А сменив обычную сигарету, пусть на более оригинальную и современную, не перестанешь быть курильщиком. Кстати, с мнением, что электронная сигарета – это не эффективный способ отказаться от курения, а всего лишь смена «атрибута», согласны психологи и наркологи.

**И к сведению курящих в общественных местах:**

         В соответствии правовыми актами по контролю за запретом курения (Декрет Президента Республики Беларусь №2, ст. 19.9 Кодекса Республики Беларусь об Административных Правонарушениях 91-З от 06.01.2021) курение (потребление) табачных изделий, использование электронных систем курения, систем для потребления табака в местах, где они в соответствии с законодательными актами запрещены, влекут наложение штрафа в размере до четырех базовых величин.

**Курить или не курить – дело личное.**

**Уважать окружающих —  обязанность каждого.**

**ЖЕЛАЕМ  ВАМ   КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ!**