

## В чем вред электронных сигарет?

Почему подростки начинают курить? Причин много, ведь у каждого свои мотивы для начала курения. Но на первом месте всегда будет стоять пример курящих родителей. Нет смысла убеждать чадо во вреде курения, когда стоишь с сигаретой в руке. Ребенок, который с детства видит родителей курящими, в восьмидесяти процентах также закурит.

Изначальная концепция изобретения электронной сигареты — предоставить курильщику альтернативный способ курения. Маркетинговый отдел компании, выпустившей первую партию электронных сигарет решил позиционировать устройство как средство, избавляющее от никотиновой зависимости. Видимо с тех самых пор в сознании большинства обывателей прочно укоренился стереотип о том, что каждый курильщик электронных сигарет непременно пытается избавиться от пагубной привычки.

Это не так. Модный нынче девайс для многих стал единственным выходом в свете закона о запрете курения. Кампании, производящие и продающие электронные сигареты, позиционируют их как безвредные, поэтому объёмы продаж данного устройства и количество людей, пользующихся им, неуклонно увеличиваются, особенно среди подрастающего поколения и молодёжи.

Но так ли уж безобидна электронная сигарета, как кажется на первый взгляд? Основной компонент электронной сигареты – жидкость, которая приобретается отдельно и имеет различные ароматические добавки (ваниль, кофе и пр.). Она состоит из основы (глицерин и пропиленгликоль, смешанные в разных дозировках), ароматизатора и никотина. Впрочем, последний может и вообще отсутствовать.

**Пропиленгликоль** в электронных сигаретах исполняет роль связующего звена. Он соединяет между собой компоненты жидкости. Кроме того, он обеспечивает хороший транспорт никотинсодержащего пара в дыхательные пути и легкие.

**Глицерин** оказывает влияние на качество пара - он становится более густым, насыщенным. Кроме того, «дым» приобретает приятный, сладковатый привкус.

Стоит учитывать, что даже самые дорогие, сертифицированные электронные сигареты содержат практически одни и те же вредные вещества в разной концентрации.

**Никотин** – единственное вещество в составе жидкости е-сигарет, которое признается вредным. Но его присутствие вполне обосновано. Электронные сигареты, также как пластыри, жевательные резинки, являются средством никотинзаместительной терапии. Поэтому вещество необходимо, чтобы человек, отказывающийся от табака, мог избежать физических страданий, вызванных отсутствием никотина. Его наличие нужно и для появления эффекта тротхита или «удара по горлу». Он проявляется в раздражении нервных окончаний, расположенных в верхних дыхательных путях. За счет этого, человек получает удовольствие от курения.

**Ароматизаторы** – это абсолютно безопасные пищевые добавки, благодаря которым жидкость приобретает свои привкусы. Они представляют собой смесь натуральных или полученных искусственным путем препаратов.

## **Какие губительные влияния оказывает «электронка» на неокрепший организм?**

1. Никотин, потребляемый с «электронкой» в неограниченных количествах, сильно перестраивает метаболизм человека. В связи с этим развивается стойкая зависимость;
2. Те, кто заполучил тягу к никотину еще в детском или подростковом возрасте, избавляются от нее в дальнейшем с большим трудом. Люди, которые начали курить достаточно поздно, легче отказываются от губительного пристрастия;
3. Пары пропиленгликоля и глицерина негативно сказываются на работе внутренних органов. Они не так токсичны, как табачный дым, однако тоже засоряют бронхолегочную систему;
4. Ароматизаторы, которые зачастую содержатся в масляных заправках для электронных сигарет, при злоупотреблении провоцируют аллергические реакции;
5. Мнимая польза от электронного прибора скорее является психологически выработанной реакцией, но не реальностью.

### **Факты не в пользу е-сигареты:**

- Признано – после перехода на электронные сигареты не происходит отказа от привычки курить, а лишь появляется психологическая зависимость от нового вида курения.
- Экономии от электронной сигареты нет, зачастую человек начинает курить даже больше – из-за осознания мнимой безвредности этой привычки.
- Электронная сигарета не сертифицирована ВОЗ, и никакие масштабные исследования этого устройства не проводились.
- Содержание вредных веществ в картриджах для заправки – полностью на совести производителей. Ни картриджи, ни сами сигареты не подлежат обязательной сертификации – то есть недобросовестные продавцы спокойно могут производить подделки или опасные для здоровья устройства.
- Имитация дыма в виде пара может раздражать окружающих чисто психологически из-за визуального сходства с сигаретным дымом.
- Согласно исследованиям американских учёных, электронные сигареты не являются безопасной альтернативой обычным, так как содержание никотина в них превышает заявленное, а производятся они чаще всего на китайских фабриках с нарушением норм безопасности.

**Федеральный закон от 23 февраля 2013 г. № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции» устанавливает однозначный запрет на курение «вейпов» на территории учебного заведения в пп. 1 части 1 статьи 12.**

Обращаем внимание на термин «территория». Речь идет не только о помещениях, но и о прилегающей территории.

Данная норма появилась благодаря Федеральному закону от 31 июля 2020 г. № 303-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросу охраны здоровья граждан от последствий потребления никотинсодержащей продукции», вступившему в силу 31 июля 2020 года.

Изменения содержали в том числе достаточно сложное для толкования и применения определение так называемой «никотинсодержащей продукции», под которой понимаются «изделия, которые содержат никотин или его производные, включая соли никотина, предназначены для потребления никотина и его доставки

посредством сосания, жевания, нюханья или вдыхания, в том числе изделия с нагреваемым табаком, растворы, жидкости или гели с содержанием жидкого никотина в объеме не менее 0,1 мг/мл, никотинсодержащая жидкость, порошки, смеси для сосания, жевания, нюханья, и не предназначены для употребления в пищу (за исключением медицинских изделий и лекарственных средств, зарегистрированных в соответствии с законодательством Российской Федерации, пищевой продукции, содержащей никотин в натуральном виде, и *табачных* изделий)»).

Также было внесено определение «устройства для потребления никотинсодержащей продукции», под которым имеются в виду электронные или иные приборы, которые используются для получения никотинсодержащего аэрозоля, пара, вдыхаемых потребителем, в том числе электронные системы доставки никотина и устройства для нагревания *табака* (за исключением медицинских изделий и лекарственных средств, зарегистрированных в соответствии с законодательством Российской Федерации).

Таким образом, установленный в отношении курения табака запрет был распространен на курение электронных сигарет («вейпов»).



С уважением, воспитательный отдел  
ГБПОУ «Волгоградский строительный техникум»