**ПАМЯТКА для родителей и детей «ОСТОРОЖНО, ВЕЙПЫ!»**

Производители электронных сигарет позиционируют свою продукцию как способ «безопасного» курения и, даже как способ отказа от курения и лечения табачной зависимости. Как к этому относиться?

Чем опасны электронные сигареты? Основная опасность – это мифы, связанные с электронными сигаретами – поддерживаемые …табачными компаниями.

**«Безопасные и безвредные», «эффективные и крутые»…**  **Безопасны ли?**

1. Электронные сигареты не безопасны — их аэрозоли содержат высокотоксичный никотин, сверхтонкие частицы и другие химические токсины и канцерогены (например, карболовые соединения, тяжелые металлы, такие как олово, медь, хром и никель).
2. Вы никогда не можете быть уверены в том, чем Вы травитесь, всасывая в себя аэрозоли электронных сигарет. Нет регулирования и контроля состава электронных сигарет; заявленное на маркировке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с их фактическим содержанием.
3. Знаете ли Вы, что содержащийся в жидкости для заправки электронных сигарет сульфат никотина — мощный нейротоксин, который ранее использовался для травления насекомых, но был запрещен из-за высокой токсичности. При попадании в организм через кожу или желудок, он способен вызвать тяжелые отравления вплоть до смертельного исхода.

**Они безвредны для окружения, я могу их курить, там, где курить нельзя…**

1. Пары, выпускаемые электронными сигаретами – небезвредны для окружающих Вас людей…Содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет, делает их также опасными для окружающих, в том числе для беременных женщин и их будущего потомства, если женщины сами потребляют электронные сигареты, либо пассивно подвергаются воздействию их паров
2. Курить электронные сигареты в местах, где курение не допускается, нельзя, хотя бы потому, что потребление всего, что имитирует курение в общественных местах запрещено Федеральным законом №15 ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

**Они помогут бросить курить…и они «круче», чем любая терапия…**

Не надейтесь! Нет никаких фактов, доказывающих эффективность применения электронных сигарет как средства лечения табачной зависимости.

Наоборот! Серьезные международные исследования показывают, что применение электронных сигарет не помогает курильщикам отказаться от потребления табака.

**И помните!**

1. Курение электронных устройств **может вызвать рак, заболевания легких и сердца.**
2. 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.**
3. Ароматизаторы, содержащиеся в жидкости для курения, **вызывают аллергические заболевания верхних дыхательных путей вплоть до развития бронхиальной астмы**.
4. Общее использование одним устройством **может привести к заражению гепатитом и туберкулезом**.
5. 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**.
6. Известно о некоторых случаях, когда **электронные сигареты взорвавались около лица** в связи с перегревом аккумулятора.
7. Электронные сигареты сами **вызывают и поддерживают никотиновую зависимость**, не меньше, а порой и быстрее, чем табачные изделия.
8. Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
9. Курильщики, которые не могут или не хотят отказаться от курения, и прибегают к потреблению электронных сигарет, как к меньшему из зол, рискуют стать «двойными» курильщиками. В силу высокой никотиновой зависимости, они не могут бросить курить, и продолжают курить обычные сигареты в сочетании с электронными, тем самым нанося непоправимый вред своему здоровью. Таким образом, потребление электронных сигарет, сводит к нулю все шансы курильщика когда-нибудь полностью отказаться от курения.

**Кому это выгодно?** В мире опасаются, что если не запретить, электронные сигареты могут вернуть былую моду на курение.

Реклама и продвижение электронных сигарет активно поддерживается табачной индустрией, многие табачные компании сами владеют производствами электронных сигарет. Потому что они знают: пока будут разрешены электронные сигареты, и пока новые курильщики будут их «пробовать», никогда не иссякнут ряды потребителей их табачной продукции…

Хорошо, что у нас есть закон, защищающий нас от электронных сигарет, наряду с табачными изделиями, включая их рекламу и продвижение.

**Кому ни в коем случае нельзя курить электронные сигареты любых видов?**

**• Беременным женщинам**

**• Аллергикам**

**• Лицам в возрасте до 18 лет**

**• Некурящим**

**Берегите детей!**

**Дети – попадаются первыми!** Доказано, что одна треть подростков попробовавших электронные сигареты, прежде никогда не курили. Попробовав электронные сигареты из любопытства, они быстро становятся стойкими потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий, так называемыми «двойными» курильщиками. А это как раз то, к чему стремятся табачные компании…