

ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК КУРИТ... ПОГОВОРИТЕ С НИМ О ВРЕДЕ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ

1. «Будь честным с самим собой и спроси себя: разве нужно быть ученым, чтобы понять простую вещь – ежедневное вдыхание химических соединений, о которых ты даже не подозреваешь, опасно и может нанести серьезный вред твоему здоровью».
2. «Неужели ты думаешь, что с электронной сигаретой ты становишься лучше и круче? Модным никогда не становится то, что вредит здоровью. Электронная сигарета – это не показатель статуса. Ты потеряешь свою индивидуальность и будешь как все. Я знаю, что ты – личность, даже без электронной сигареты. Дай узнать это и другим».
3. «Всегда помни, что, если у тебя возникли проблемы или трудности, ты можешь поделиться ими со мной. Вместе мы сможем решить любую проблему. Доверяй мне так, как я доверяю тебе. Я тобой горжусь и всегда найду время тебя выслушать!».

ПОМНИТЕ, ВАШИ ДЕТИ ПОДРАЖАЮТ ВАМ!

**ЕСЛИ ВЫ САМИ КУРИТЕ, АБСОЛЮТНО
БЕСПОЛЕЗНО ДОКАЗЫВАТЬ И ОБЪЯСНЯТЬ
РЕБЕНКУ, ЧТО ЭТО ВРЕДНО
И ЕМУ НЕЛЬЗЯ ТАК ПОСТУПАТЬ.**

ВСЁ В ВАШИХ РУКАХ!

ПАРИТЬ

НЕ БЕЗОБИДНОЕ УВЛЕЧЕНИЕ



 [WWW.PROFILAKTICA.RU](http://www.profilaktica.ru)

 [VK.COM/VYBIRAYU_ZHIZN](https://vk.com/vybiraYu_zhizn)

 [VK.COM/ZDOROVYGOR](https://vk.com/zdorovygor)

**ЕКАТЕРИН
БУРГ**



Администрация г.Екатеринбурга

**УПРАВЛЕНИЕ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**



ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ

В РОССИИ ПОЧТИ 70% ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ КУРЯТ

Многие осознают проблему и у большинства есть желание бросить курить. Принято считать, что электронная сигарета – это безвредная альтернатива. **Но это не так!**

ЭЛЕКТРОННАЯ СИГАРЕТА:

- является синтетическим химическим коктейлем
- содержит никотин, вредные вещества и металлы
- не помогает бросить курить
- не избавляет от зависимости



устройство сигареты

ЭЛЕКТРОННАЯ СИГАРЕТА НЕ СЕРТИФИЦИРОВАНА ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ, НЕ ПОДЛЕЖИТ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ СЕРТИФИКАЦИИ, А ЗНАЧИТ ОНА НЕ БЕЗОПАСНА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!

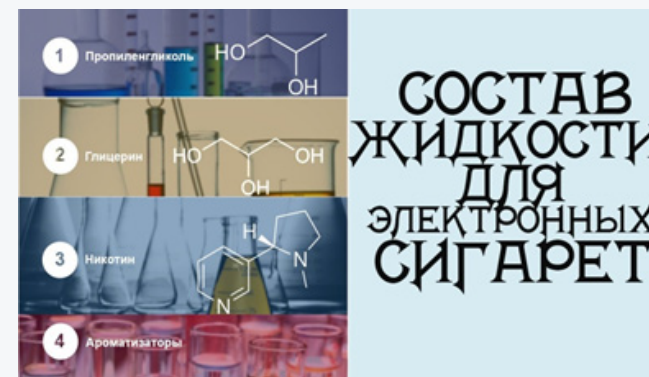
ЭЛЕКТРОННАЯ СИГАРЕТА ЭТО:

- **Частота курения.** Американские исследователи выяснили, что перейдя с обычных сигарет на электронные, в большинстве случаев человек начинает курить намного чаще. Причина заключается в психологической зависимости и вере в безопасность данного устройства.
- **Зависимость от табака.** Работники английского Минздрава полагают, что электронные сигареты не избавляют от табачной зависимости, а наоборот, только еще больше ее укрепляют. Поскольку от настоящей сигареты курильщик получает больше удовольствия, при возможности он закурит ее после электронной сигареты для полноты ощущений.
- **Вред для беременных.** Азиатские ученые пришли к выводу, что курение электронной сигареты во время беременности не только приносит вред здоровью будущей матери, но повышает риск невынашивания плода мужского пола.
- **Риск развития рака.** Японские ученые доказали, что пар от электронной сигареты содержит два типа химических соединений, повышающих риск развития онкологических заболеваний.

ЕЖЕДНЕВНОЕ ВДЫХАНИЕ ХИМИЧЕСКИХ СОЕДИНЕНИЙ ОПАСНО И МОЖЕТ НАНЕСТИ СЕРЬЕЗНЫЙ ВРЕД ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ.

НЕМНОГО ФАКТОВ ОБ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТАХ:

По данным исследования, опубликованного в Environmental Health Perspectives, образующийся без смол и канцерогенных веществ пар от вдыхания жидкости содержит диацетил, который провоцирует развитие «попкорновой болезни лёгких».



Исследование, опубликованное в журнале "Токсикология и прикладная фармакология" показало, что количество выдыхаемого оксида азота одинаковое в электронных и обычных сигаретах. Это приводит к снижению функции легких и повышает риск сердечного приступа.

20-27% пара от электронных сигарет - это ультрадисперсные частицы, которые напрямую через лёгкие попадают в кровь. В докладе Science News отмечается, что эти наночастицы могут спровоцировать **воспаление слизистой легких** и быть связаны с хроническими заболеваниями, такими как **астма, инсульт, болезни сердца и диабет**.