

Шановні батьки!

Соціально-психологічна служба Мигівського ліцею звертається до Вас із проханням приділити увагу актуальному питанню-підлітковому курінню.

Про шкоду куріння нам говорять з дитинства у дитячому садочку, школі, вдома, у соцмережах. Однак кількість курців в Україні зростає. Сьогодні на ринку є кілька видів нікотиновмісної продукції: класичні цигарки, пристрої для нагрівання тютюну та електронні сигарети, які містять нікотиновмісні рідини. Найбільш популярними тютюновими виробами залишаються цигарки, проте ринок електронних сигарет зростає.

Підлітки знаходять масу причин, щоб почати курити:

- наслідування старшим;
- тиск з боку однолітків;
- відчуття новизни, інтересу;
- бажання «виділитися» і здаватися дорослішими;
- вплив фільмів та реклами;
- доступність і відносна дешевизна сигарет.

Підліткам в силу своєї незрілості важко оцінити, чим небезпечне куріння.

Науковці кажуть, що дим електронної сигарети може бути канцерогеном і підвищує ризики хвороб серця, раку легень, може викликати запалення легень та підвищує ризики розвитку хронічного обструктивного захворювання легень. Нікотин в сигаретах може перешкоджати розвитку мозку, впливаючи на навчання, пам'ять і увагу. Вдихання хімікатів та інших шкідливих речовин може пошкодити легені та дихальні шляхи, що призведе до респіраторних захворювань, таких як бронхіт і астма. провокує виникнення раку легень та інші захворювання дихальної системи, виснажує нервові клітини: підлітки стають неуважними, повільніше міркують і швидко стомлюються, викликає патологію зорової кори, змінюючи відчуття кольору і зорове сприйняття в цілому, що може негативно вплинути на гостроту зору, несприятливо впливає на діяльність щитовидної залози, порушує сон, передчасно зношує серцевий м'яз: за даними досліджень, ризик інсультів значно збільшується, якщо курити людина почала в підлітковому віці.

Від електронних сигарет краще утримуватися, як і від звичайних. В Україні майже кожен 5-й підліток (13-15 років) є споживачем електронних сигарет відповідно до результатів Глобального опитування молоді щодо вживання тютюну, проведеного у 2017 році. Використання електронних сигарет, особливо дітьми та підлітками, може призвести до виникнення нікотинової залежності та підвищує ризик почати курити звичайні сигарети. Небезпечним є і пасивне куріння е-сигарет, особливо для дітей.

ПРОФІЛАКТИКА КУРІННЯ У ПІДЛІТКІВ

Шкода куріння для підлітка очевидна, проте, школярі продовжують курити. Щоб ефективно боротися з цією проблемою, потрібно педагогам і батькам об'єднати методи і прийоми:

- Інформація про куріння підліткам повинна відповідати зрілості сприйняття школярів.
- Розглядати паління з позиції негативного впливу, пропонуючи альтернативну поведінку.
- Намагатися зацікавити підлітка, захопити його цікавим хобі, а ще краще - заняттям спортом.
- Ніяка профілактика не матиме результату, якщо батьки і найближче оточення не будуть демонструвати позитивний приклад. У спілкуванні з підлітками будьте доброзичливі, не ображайте і не принижуйте. Тільки так Вам вдасться діалог з дитиною.

Електронні сигарети, IQOS та glo, кальяни, як і звичайні сигарети, заборонено вживати у громадських місцях. Де саме діє заборона та які передбачені штрафи за порушення :

- у приміщеннях та на території навчальних закладів;
- на дитячих майданчиках;
- у місцях загального користування житлових будинків;
- у приміщеннях підприємств, установ та організацій усіх форм власності;
- у приміщеннях готелів та засобів розміщення громадян;
- у приміщеннях гуртожитків;
- у транспорті загального користування, що використовується для перевезення пасажирів, у тому числі таксі;
- на вокзалах та станціях;
- у підземних переходах тощо.

Тепер у громадських місцях заборонено вживання:

- пристроїв для тютюнових виробів без їх згоряння;
- трав'яних виробів для куріння;
- тютюнових виробів;
- електронних сигарет.

Відповідно до ст. 175-1 Кодексу України про адміністративні правопорушення, передбачено відповідальність за куріння у місцях, де це заборонено законом, а також в інших місцях, визначених рішенням відповідної ради:

- попередження;
- штраф від 51 до 170 грн.

За повторне вчинення правопорушення протягом року:

- штраф від 170 до 340 грн.

Якщо ж правопорушення вчинила неповнолітня особа віком від 16 до 18 років, яка не має власного доходу, відповідальність нестимуть батьки, опікуни чи піклувальники.

Шановні батьки! Будьте уважні до здоров'я свого підлітка та пам'ятайте про відповідальність.

