

Електронні сигарети– альтернатива чи нова пастка для підлітків?



В Україні діти залучаються до куріння в ранньому віці. Сприяють цьому електронні сигарети. За останні три роки попит на **вейп** в Україні зріс утричі, особливо це подобається молоді. В Україні понад 40% підлітків (у віці від 13 до 15 років) пробували електронні сигарети, а майже кожен п'ятий регулярно їх вживає.

«**Вейп(інг)**» походить від англійського «vape», тобто «вдихати і видихати пар», який утворює електронна сигарета або паровий пристрій. За кілька років розповсюдження земною кулею вейпінг став новою субкультурою серед молоді, що почали називати себе вейперами – курці змагаються, хто красивіше та складніше випустить пар. Опитування виявило, що підлітки вірять, **що вейпінг – це лише смак.**

Як «**Guul**» впливає на організм підлітків?

- Кількість нікотину в одному картриджі «Guul» відповідає одній пачці сигарет. Оскільки підлітки часто використовують декілька картриджів за день, вони можуть несвідомо піддаватися небезпечному рівню нікотину, з негайним та довгостроковим впливом на здоров'я.
- Куріння спричиняє негативний вплив на дитячий мозок. У підлітків, які почали палити, помітно знижується активність в префронтальній корі головного мозку, що є критично важливим для когнітивної поведінки людини та прийняття рішень.
- Негативний вплив на легені. Куріння вейпу призводить до того, що пара у вигляді крапель осідає у легенях, порушуючи їхні функції, через це у кров

потрапляє менше кисню. Це спричиняє кисневе голодування – гіпоксію, сповільнює обмінні процеси.

Поради для батьків: обговорюйте з дітьми шкідливий вплив куріння на організм людини будь-яких сигарет; цікавтеся шкільним та особистим життям дітей, контролюйте де і з ким ваші діти проводять свій вільний час та чим займаються.