

**ГБУ РО «Медицинский информационно-аналитический центр»**

**Осторожно, электронные сигареты!**

памятка для населения

Электронные сигареты являются относительно молодым видом пристрастия к никотину и веществам, имитирующим и «замещающим» курение. Однако, они могут привести к еще более серьезным осложнениям со здоровьем, чем курение обычных сигарет. Чем же опасны электронные сигареты?

Во-первых, аэрозоли электронных сигарет содержат высокотоксичный никотин и другие химические токсины и канцерогены (например, карболовые соединения, тяжелые металлы, такие как олово, медь, хром и никель).

Во-вторых, состав жидкостей для электронных сигарет не регулируется никакими стандартами. Заявленное на упаковке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с фактическим составом жидкости. Вы никогда точно не узнаете, чем именно отравляете себя!

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.

Надо помнить, что пары, выпускаемые электронными сигаретами, содержат высокотоксичные химические вещества и никотин и не безвредны для окружающих, особенно для детей и беременных.

Доказано, что треть подростков, попробовавших электронные сигареты, прежде никогда не курили! Попробовав электронные сигареты из любопытства, они быстро становятся постоянными потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий, а это как раз то, к чему стремятся табачные кампании.

Некоторые курильщики думают, что курение электронных сигарет поможет им избавиться от табачной зависимости. Однако, серьезные международные исследования показывают, что применение электронных сигарет не помогает курильщикам отказаться от потребления табака.

Курильщики, которые не могут или не хотят отказаться от курения и прибегают к электронным сигаретам, как к меньшему злу, рискуют стать «двойными курильщиками», тем самым нанося непоправимый вред своему здоровью.

Помните! Электронные сигареты сами вызывают и поддерживают никотиновую зависимость, зачастую большую, чем табачные изделия.

 **Желаем Вам здоровья!**

 