**ГАПОУ «Цивильский аграрно-технологический техникум» Минобразования Чувашии**

Окружная конференция по пропаганде здорового образа жизни и профилактике употребления психоактивных веществ

«Здоровое поколение – здоровая нация»

ДОКЛАД

Профилактика употребления ПАВ

на тему: «Вейп – губительная мода среди молодежи»

Руководитель: Сорокина О.С. преподаватель

Цивильск, 2023

**Введение**

Вейпингом называют использование электронных сигарет, которые представляют собой ингаляторы, состоящие из мундштука, атомайзера, испарителя жидкости и аккумулятора или блока батареек. Производители утверждают, что электронные сигареты безопасны и могут применяться в качестве средства никотинзаместительной терапии.

Однако специалисты указывают на то, что возможные риски вейпинга еще предстоит исследовать.

**Вейп** - от англ. Vape (вейп) — пар. **Вейпер** - человек, курящий электронные сигареты. **Вейпинг** - от англ. vaping — процесс курения электронной сигареты. Почему подростки используют электронные сигареты?

1. **История появления электронных сигарет**.

Вейпинг зародился совсем недавно. ГонгконецХонь Лик был заядлым курильщиком. Его отец умер от табакокурения. Смерть отца на него сильно повлияла, и он решил положить конец вреду курения. В результате этого 2003 году Хонь Лик изобретает электронную сигарету, которая, по его мнению, поменяла саму концепцию курения. Он говорит: «Никто не запрещает курильщику курить. Электронная сигарета лишь расширяет его возможности и предоставляет альтернативу. Курильщик может вдыхать меньше вредных курительных смесей либо не вдыхать их вовсе».

Чем парят вейперы? Курительные смеси на сленге вейперов принято называть «соком». Их химический состав может быть самым разным.

**Вред вейпа**. «Вейперы не курят, а парят» — такой главный лозунг у подрастающего поколения курильщиков. Молодые люди уверяют своих родственников, что это занятие не угрожает их здоровью, к тому же это очень модно.

Так называемые вейп-бары растут как грибы после дождя, в них чуть ли не каждый день проходят соревнования по клаудчейсингу и койлбилдингу. Первое — состязание на самое большое и красивое облако пара, второе — хвастовство друг перед другом красивыми и сложными намотками у модов (приспособлений). Когда твердят о вреде сигарет, имеют в виду главным образом никотин. Хотя любой химик скажет тебе, что от примесей в сигаретах вреда больше, чем от их основного ингредиента. Но за производством сигарет хотя бы следит государство. А какие вызывающие привыкание вещества содержатся в электронных сигаретах, потребитель может только догадываться.

Специалисты из Национальной лаборатории имени Лоуренса в Беркли определили, какие токсичные вещества образуются при курении электронных сигарет. Ученые также выяснили, каким образом температура, тип и длительность эксплуатации ингалятора влияют на уровень вредных выбросов.

Исследователи обнаружили, что в паре содержится 31 вредное химическое соединение, в том числе окись пропилена и глицидол, которые являются вероятными канцерогенами. Химики продемонстрировали, что термическое разложение пропиленгликоля и глицерина, содержащихся в составе жидкости для заправки сигареты, приводит к высвобождению акролеина и формальдегида, которые обладают токсичными свойствами.

Акролеин раздражает слизистую оболочку глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также обладает мутагенными свойствами. Формальдегид, помимо перечисленных свойств, оказывает воздействие на центральную нервную систему.

Всё это провоцирует облитерирующий бронхиолит. Болезнь приводит к рубцеванию крошечных воздушных мешочков в легких, она изнурительна и необратима. Начинается с одышки, со временем приводит к хроническому кашлю, от которого уже не избавиться, а впоследствии сделает тебя беспомощным больным.

В европейских странах уже давно отказались от курения электронных сигарет. Производители жижи и владельцы вейп-баров преподносят данный вид курения как антитабачную программу. Но ты же прекрасно понимаешь, что это всего лишь маркетинговый ход.

Поэтому объясни своему ребенку, что мода переменчива, а здоровье вернуть сложно.

Рынок вейперных смесей очень разнообразный. В ход идут смеси любой сложности с различными ароматизаторами. Химические смеси чужеродны для человеческого организма. Их сочетание с паром не изучено до конца. Никто не может гарантировать вейперу что все обойдется. Особенно под большим вниманием медиков находятся миксывайперских смесей. Количество вредных элементов в таких смесях трудно проконтролировать, и эффект от их частого использования может быть непредсказуем. Но именно миксы курительных смесей излюбленное увлечение вайперов. Они всячески пытаются усилить и разнообразить вкус. Порой используется жидкий никотин. Все это ставит вейперов в зону риска заболеваний дыхательных путей.

1. **Пять мифов об электронных сигаретах**:

Миф №1 - от вейпов вреда меньше, чем от обычных сигарет.

Миф №2 - с помощью электронных сигарет можно бросить курить и навсегда забыть о никотине.

Миф №3 - курить вейпы дешевле, чем обычные сигареты.

Миф №4 - на вейпы подсаживаются только те, кто курит давно.

Миф №5 - картриджи электронных сигарет нельзя заправить наркотиками.

Миф №1 От вейпов вреда меньше, чем от обычных сигарет

Очевидно, вейперы ссылаются на исследование прошлого года, проведенное PublicHealthEngland. В нем говорится, что электронные сигареты на 95% менее вредны, чем обычные. Вместе с тем органы общественного здравоохранения Великобритании в прошлом году, например, призвали курильщиков перейти на электронные сигареты, заявив, что они «на 95 процентов безопасны». После этого в стране разразился крупный скандал, так как журналисты выяснили, что эти заявления были проплачены компаниями, выпускающими электронные сигареты.

Многие люди курят вейп достаточно часто, думая о том, что это безопасно, но длительное поступление пара в организм может спровоцировать возникновение ряда негативных последствий. Заболевание сердечно-сосудистой системы — может возникнуть гипергликемия, артериальная гипертония, атеросклероз, тахикардия, аритмия и другие проблемы с сердцем и сосудами Бронхит, астма, одышка, рак легких Рак гортани

Многие люди курят вейп достаточно часто, думая о том, что это безопасно, но длительное поступление пара в организм может спровоцировать возникновение ряда негативных последствий:Ухудшение памяти, головные боли, бессонница Парадантоз, кариес. Рак губы. Рождение мертвых детей или с патологиями. Импотенция

Миф №2 С помощью электронных сигарет можно бросить курить и навсегда забыть о никотине. Вейперы противопоставляют себя курильщикам табака и называют электронные сигареты «эффективным способом отказаться от вредного никотина». Вообще слово «курение» вейперы стараются не употреблять, вместо него есть другое слово – «парение». То есть вроде как ты уже и не куришь, хотя никотин по-прежнему поступает в легкие. Врачи, специализирующиеся на избавлении от зависимостей, вообще не рассматривают вейпы как один из возможных способов лечения. Электронные сигареты не являются медицинской продукцией и не могут рассматриваться как способ лечения от табачной зависимости.

По мнению врачей, производители электронных сигарет ловко играют на чувстве вины курильщика.

Миф №3 Курить вейпы дешевле, чем обычные сигареты.

Электронные девайсы, инструменты для их обслуживания, запчасти и сами жидкости обходятся куда дороже, чем обычные сигареты.

Миф №4 На вейпы подсаживаются только те, кто курит давно. По данным исследований среди студентов выяснилось, что они кроме вейпов ничего больше не курили. На вопрос «Зачем вообще начали?» отвечали: «А что, у меня все друзья парят». В настоящее время во всех населенных пунктах нашей страны можно встретить компании взрослых и подростков, курящих вейпы на улицах. При этом многие из них раньше вообще не курили. Этому способствуют открытые в большом количестве торговые точки и вейп-бары. Производители и торговые представители пытаются освоить эту новую нишу и заработать на этом рынке. Для этого они рекламируют плюсы вейпинга, умалчивая о минусах, создавая различные «сообщества вейперов», соревнования и многую другую чушь. Есть достаточно большая часть людей, не заботящихся о своем здоровье, которые никогда не курили, но в погоне за модой идут на поводу у них.

Миф №5 Картриджи электронных сигарет нельзя заправить наркотиками.

Самые доступные жидкости для вейпов по-прежнему приходят в Россию из Китая. Что именно в них намешано — проверить трудно. Нередко товар оказывается просроченным или некачественным. Поэтому многие вейперы предпочитают будить в себе юного химика и замешивать жидкости самостоятельно. При производстве жидкости для вейпов смешивают в основном все четыре компонента – пропиленгликоль, глицерин, никотин и ароматизатор. Главное при этом – не напутать с пропорциями. Но теоретически вместо заправки можно использовать практически все что угодно — от эвкалипта до психотропных веществ.Жидкости с психотропными веществами для простейших электронных сигарет продают уже давно. В онлайн-магазинах приобретают и электронныыевапорайзеры с картриджами на основе легких наркотиков. На анонимных онлайн-магазинах можно заказать и «эджойнты» — электрокосяки, в которые забивается картридж с гашишем, препаратами, используемыми для лечения биполярного расстройства, с добавлением различных полусинтетических психоактивных соединений амфетаминового ряда, упоминание которых запрещено Роскомнадзором. Стоимость только картриджа для электронной сигареты начинается от 4 500 рублей.

В России разрабатываются законопроекты о том, чтобы приравнять электронные сигареты к обычным, запретить их продажу несовершеннолетним; запретить говорить в рекламе, что вейп безвреден или наносит меньший вред здоровью, чем курение обычных сигарет; наложить запрет на использование вейпов в общественных местах (в том числе в магазинах, где их продают).

1. **Влияние на здоровье**

Трудности с определением токсичности аэрозоля связаны с вариациями моделей и жидкостей электронных устройств. Например, на 2019 год большинство исследований токсичности вейпинга концентрировалось на устройствах с мощностью менее 25 Вт. Состав аэрозоля изменяется в зависимости от наполнителя, интенсивности курения и материалов, используемых в производстве. Размеры частиц в аэрозоле ЭС не сильно отличаются от таковых в обычном табачном дыме, но из-за разницы в составе электронные и традиционные сигареты оказывают неодинаковое влияние на организм**.**

**Общее воздействие на организм.**

Ряд исследователей сходится во мнении, что электронные сигареты менее вредны, чем обычные[. Производители продвигают свой товар именно как якобы безопасную альтернативу курению[. Тем не менее вейпинг оказывает ряд неблагоприятных эффектов на здоровье органов и клеток организма.

Обнаруженные в аэрозоле ультрамелкие частицы могут способствовать системному воспалению. Акролеин раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также проявляет [мутагенные](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%83%D1%82%D0%B0%D0%B3%D0%B5%D0%BD%D1%8B) свойства. Например, в существующих исследованиях уже после 20 затяжек у некурящих ранее наблюдалось изменение экспрессии более 60 генов в [альвеолярных макрофагах](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%90%D0%BB%D1%8C%D0%B2%D0%B5%D0%BE%D0%BB%D1%8F%D1%80%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B0%D0%B3&action=edit&redlink=1). Формальдегид оказывает воздействие на центральную нервную систему. Например, вейпинг способствует изменению функции мозга, что может привести к ухудшению памяти и способности к обучению, влиять на настроение, а также может вызвать [лекарственную зависимость](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B8%D0%BD%D0%B4%D1%80%D0%BE%D0%BC_%D0%B7%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%81%D0%B8%D0%BC%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8) и у людей, и у животных. Отмечен негативный эффект на иммунитет: при испытаниях на мышах под воздействием аэрозоля ЭС была зафиксирована повышенная восприимчивость грызунов к инфекции [гриппа A](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81%D1%8B_%D0%B3%D1%80%D0%B8%D0%BF%D0%BF%D0%B0) и [пневмококковым](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BD%D0%B5%D0%B2%D0%BC%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%BA%D0%BA) бактериям. Многие рецензируемые исследования показывают, что существует связь между вейпингом и заболеваниями полости рта — от [кариеса](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%B8%D0%B5%D1%81) до [рака](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%BB%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D1%87%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BE%D0%BF%D1%83%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%B8_%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8_%D1%80%D1%82%D0%B0). Постоянное употребление электронных сигарет также приводит к заболеваниям дёсен и высокому кровяному давлению, что может привести к инсультам.

**Скажем НЕТ вейпу!**

Если куришь ты табак –

В жизни всё не то, не так:

Нет здоровья, нет веселья,

Мысли только все о зелье.

Сигарету брось, вдохни

Воздух чистый от земли,

Запах леса, неба, лета –

Лучше всякой сигареты!

**Список используемой литературы**

https://ru.wikipedia.org/

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Список используемой литературы**

https://ru.wikipedia.org/

**Скажем НЕТ вейпу!**

Если куришь ты табак –

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

В жизни всё не то, не так:

Нет здоровья, нет веселья,

Мысли только все о зелье.

Сигарету брось, вдохни

Воздух чистый от земли,

Запах леса, неба, лета –

Лучше всякой сигареты!

**Список используемой литературы**

https://ru.wikipedia.org/