

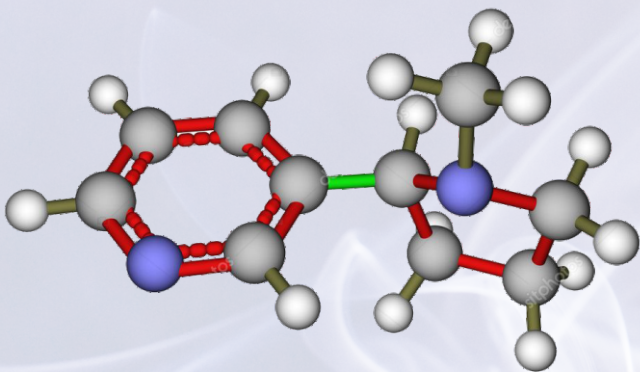
Осторожно, электронные сигареты!

Это современный коммерческий продукт, производители которого много работают над созданием привлекательного дизайна, подбором определенного химического состава, действенной рекламой и маркетингом.

Они с уверенностью заявляют, что электронная сигарета является совершенно безопасной и не провоцирует желание начать курить.

Электронные сигареты не безопасны!

Их аэрозоли содержат высокотоксичный никотин, сверхтонкие частицы и другие химические токсины и канцерогены (например, карбоновые соединения, тяжелые металлы, такие как олово, медь, хром и никель).



Электронные сигареты, а также картриджи с курительными жидкостями не сертифицируются.

Ввиду этого, на рынке нередко представлена низкокачественная продукция, а зачастую заявленное на упаковке количество никотина и других химических веществ совершенно не

совпадают с фактическим составом жидкости.

Содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет, делает их также опасными для окружающих. Курить электронные сигареты в местах, где курение не допускается, вы не можете, так как потребление всего, что имитирует курение в общественных местах запрещено Федеральным законом №15 ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Пары, выпускаемые электронными сигаретами также опасны, как дым обычных сигарет...

Электронная сигарета - это коммерческий продукт.

Он создан не для того, чтобы помочь избавиться от табачной зависимости. Реклама и продвижение электронных сигарет активно поддерживается табачной индустрией, многие табачные компании сами владеют производствами электронных сигарет.

Кальян

В наше время многие считают совершенно безобидной забавой. Но так ли это?

☑ Кальянный дым, пройдя через водяной фильтр, помимо никотина содержит большое количество частиц токсичных веществ, в частности, окиси углерода, солей тяжелых металлов и химических соединений, вызывающих рак.

☑ Дым из-за своей влажности и тягучести намного легче проникает в легкие, доставая даже те участки, которые недоступны - нижние дыхательные пути. В итоге легкие теряют эластичность, а также способность выводить опасные вещества.

☑ В курительном сеансе обычно участвуют несколько человек. Трубка, через которую вдыхается дым, - одна на всех. На поверхности остаются микрочастички слюны, где легко могут оказаться опасные вирусы. Список болезней, которые можно «заработать» через слюну, весьма широк - от простого герпеса до гепатита В, бактериального менингита, сифилиса и даже туберкулеза.

☑ Вред пассивного курения актуален и для кальяна. Комната, где курят кальян, пропитана табачным дымом и дымом от горения углей, что причиняет дополнительный вред некурящим членам компании.



Важно понимать, что смена индивидуальных мундштуков не спасает от заражения!

Существует огромное количество альтернатив, позволяющих жить полноценной жизнью, не приобретая пагубные пристрастия:

1. Занятия спортом
2. Общение с друзьями
3. Чтение книг
4. Музыка
5. Прыжки с парашютом



Ты можешь продолжить список сам! И только в твоих руках находится твое здоровье и будущее!

В то время, как кто-то ищет менее вредную замену сигаретам, либо пробует из любопытства электронную сигарету, кальян, ты можешь задать себе всего один вопрос: «Зачем мне курить что-либо вообще?»

**Дышите чистым воздухом
и будьте здоровы!**

Есть вопросы? Звони!

ЕДИНЫЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН «ДОВЕРИЯ»:

88002000122 - общероссийский
8 (3532) 64-63-07 - Оренбургской области

ТЕЛЕФОН «ДОВЕРИЯ»
ГАУЗ «Оренбургский областной
клинический наркологический диспансер»

8 (3532) 57-26-26
(ЕЖЕДНЕВНО с 8:00 до 20:00)

8 (3532) 36-85-10 – диспансерно-
поликлиническое отделение
для детей и подростков.

8 (3532) 57-25-00 – диспансерно-
поликлиническое отделение
для взрослых

ГАУЗ «Оренбургский областной
клинический наркологический диспансер»



**ОСТОРОЖНО,
электронные
сигареты, кальян!**