



## **Всё, что нужно знать о влиянии вейпов на детский организм**

Современная молодежь достаточно легко поддаётся соблазну попробовать что-то новое. Яркая упаковка и различные ароматизаторы играют дополнительную роль в привлечении внимания. Эффектно выдохнуть «вкусный» дым из «флешки» стало модным ритуалом. А ведь до появления на рынке парильных машин, число курящих среди подростков если и не сокращалось, то по крайней мере не росло. Сейчас – совершенно иная ситуация. Причина кроется в позиционировании вейпов как относительно безопасной замены традиционным сигаретам.

Пользователи электронных сигарет и вейпов утверждают, что вейпинг – это не курение, поскольку они вдыхают не дым, а облака пара с ароматом вишни, мяты, шоколада или леденца. А раз нет продуктов горения и запаха дыма, то якобы нет и вреда организму. Но соответствует ли это действительности? Как показывает практика – нет, ведь в безникотиновых смесях в большинстве случаев обнаруживается никотин, который вызывает у вейпера зависимость и негативно сказывается на работе его нервной системы и функционировании мозга.

В смесях никотин присутствует в виде бензойной кислоты. Он гораздо быстрее всасывается в кровь, а это значит, что вейпер в ходе парения получает гораздо больше никотина, чем от обычной сигареты. А, кроме того, курильщики, как правило, успевают выкурить 1-2 сигареты в перерыв, в то время как вейперы могут пользоваться устройством почти непрерывно, что также приводит к передозировке. Из-за избытка никотина снижается тонус артерий и сосудов, что, в конечном итоге, может привести к сердечному приступу или инсульту.

Если потреблять никотин в таком количестве достаточно долго, то могут возникнуть необратимые изменения в префронтальной коре – той части мозга, которая отвечает за принятие решений. Кроме никотина в смесях часто встречаются диацетил, 2,3-пентанидол и ацетоин, призванные усилить ароматы жидкостей. Многие из них применяются в пищу, но при вдыхании они очень негативно сказываются на работе лёгочной системы, становясь причиной облитерирующего бронхолита.

Вдыхаемые микрочастицы аэрозоля раздражают лёгочные альвеолы и могут вызвать приступ астмы. Метициллинрезистентные бактерии золотистого стафилококка после воздействия аэрозоля электронных сигарет приобретают сильную устойчивость к антибиотикам и становятся фактически супербактериями. Воздействие вейпов также снижает реакцию иммунной системы и увеличивает восприимчивость к возбудителям гриппа, COVID-19 и других респираторных заболеваний.

Никотин влияет и на то, как организм переваривает сахар, приводит к инсулинорезистентности и повышенному риску диабета 2-го типа. Даже при кратковременном использовании аэрозоля возможно раздражение горла и глаз, кашель и головокружение. Также крайне не рекомендуется использовать вейпы во время беременности. Сильнее всего пострадает будущий ребёнок, поскольку во время парения снижается приток крови к плоду, вследствие чего возникает кислородное голодание, негативно сказывающееся на развитии мозга и всей нервной системы.

Некоторые вейперы считают, что электронные сигареты можно использовать везде, даже в местах, где курение запрещено. Они верят, что пар не способен навредить окружающим людям. Но это большое заблуждение, так как пар – это газообразное состояние вещества. Вейпы выделяют аэрозоль, то есть, взвесь частиц в газе. Мелкие частицы аэрозоля травмируют легкие – они могут вызывать раздражение альвеол, кашель и другие респираторные проблемы. При курении электронных сигарет в закрытых помещениях, вредные вещества оседают на окнах, стенах и прочих горизонтальных и вертикальных поверхностях.

Электронные сигареты не могут считаться здоровой альтернативой обычным сигаретам. Последствия любого вида и способа курения опасны для здоровья. В зоне особого риска находятся дети и подростки, так как у них электронные сигареты за счет доступности и комфортности использования быстро формируют стойкую зависимость. И эта зависимость может послужить причиной для многих проблем, поскольку она возникла в тот период, когда организм ещё не успел полностью сформироваться.

Лучший способ избавить ребёнка от будущих проблем – перестать курить в его присутствии, а также формировать у него любовь к активному и здоровому образу жизни.