

По данным официальной статистики, за годы действия государственной политики, направленной на защиту граждан от табачного дыма и последствий потребления табака, распространенность курения в стране неуклонно снижается, правда, за последние годы наблюдается замедление темпов снижения распространенности курения и прирост потребления иной никотинсодержащей продукции: вейпов, электронных сигарет, продуктов нагревания табака, кальянов и бездымного табака. Осведомленность населения о том, что эти продукты вызывают зависимость в силу содержания высокотоксичного никотина и другие заболевания, присущие табаку, остается низкой. Этому способствует агрессивный маркетинг этой продукции со стороны табачных компаний, нацеленный в первую очередь на подростков и молодежь. Никотинсодержащая продукция наносит такой же вред организму, как и табачные изделия, а мифы об их безвредности – лишь хорошо запланированная дезинформация табачной индустрии.

## ЕСЛИ РЕБЕНОК КУРИТ ВЕЙП

Курение вейпов и электронных сигарет в настоящий момент имеет широкое распространение.

Вредной привычке часто подвержены несовершеннолетние.

И, к сожалению, подростки являются основными потребителями электронных сигарет, среди взрослых — менее 10% используют данный вид табачной продукции.

Дети, которые начали курить вейпы или электронные сигареты, в несколько раз чаще со временем переходят на обычные сигареты.

Число подростков, употребляющих никотиносодержащую продукцию, выросло в 10 раз после появления вейпов.

Главный нарколог Минздрава МО Виталий Холдин рассказал, как родителям понять, что ребенок курит вейп.

«Внимательный родитель должен насторожиться, если увидел следующие признаки.

Например, от одежды ребенка или в комнате сильно пахнет выпечкой, запахом ягод, фруктов, шоколада - такой запах дают химические ароматизаторы.

На одежде из-за жидкости для вейпов появились жирные пятна, которые тоже могут пахнуть чаем, мятой, фруктами», - рассказал нарколог.

Также должны насторожить изменения в поведении ребенка: сонливость, упадок сил или, наоборот, излишняя суетливость или раздражительность.

Кроме того, подросток может стать скрытным и замкнутым – не рассказывает родителям о том, с кем он общается.

Часто дети боятся, что родители узнают об их зависимости и скрывают своих друзей, которые также курят.

Заблуждаются и те, кто считает, что смеси, не содержащие никотина, безвредны.

Опасность для организма представляют ароматизированные жижи для курения с глицерином с пропиленгликолем.

При их нагревании образуются канцерогены – формальдегид и акролеин, который, кстати, во время первой мировой войны использовался как химическое оружие.

Накопление этих веществ в организме пагубно влияет на сосуды головного мозга, сердца, половых органов, на мышечную систему, способствует развитию тяжёлых заболеваний печени и лёгких и может спровоцировать развитие онкологии.

Поэтому в общей концепции борьбы с никотиновой зависимостью запрет вейпов будет огромным шагом к оздоровлению нашего населения и отказу от курения», — добавил главный внештатный специалист, психиатр-нарколог Минздрава Московской области Виталий Холдин.

Необходимо беседовать с ребёнком о будущем, об успешности, о самореализации и любви к себе и окружающим. Причём, её часто не хватает и родителям. Не секрет, что одной из причин, подталкивающих подростков к употреблению психоактивных веществ, является дисгармония в семье.

Занимайте ребёнка с раннего детства. Спортом, музыкой, рисованием, но оставляйте ему свободное время на игры и дружбу со сверстниками, не лишайте детства.

Берегите здоровье с детства!