**Слайд 1**

**Лекция о вреде курения электронных сигарет вэйпов**

Поговорим о культуре вэйпинга в целом.

Последнее время, все больше и больше людей приходят в мир пара, не понимая, зачем они это делают. Сегодня существуют вэйп-выставки, вэйп соревнования, множество каналов на ютубе и других медиа площадках, которые пропагандируют парение.

 **Слайд 2**

Следует отметить, что одной из причин стремительного распространения электронных сигарет в подростковой среде является по большей части активная рекламная политика в социальных сетях (ВКонтакте, Facebook, Instagram) Например, социальная сеть Вконтакте располагает огромнейшим количеством виртуальных общественных групп, целью которых является привлечение и вовлечение в мир «вейпов» посредством рекламы брендов и специализированных магазинов по продаже электронных сигарет.

**Слайд 3**

При этом не принимают во внимание ряд проблем.

Основные проблемы:

- курение детей.

Детский организм только развивается, в это время резко повышается количество гормонов, происходит половое созревание организма. Во время этого процесса нежелательно влияние любых вредных веществ на организм, однако дети думают, что парить это круто и известны случаи парения в школах, в транспорте и других общественных местах.

**Слайд 4**

- вторая проблема молодых людей, которые очень убеждены в безопасности этой привычки и гордятся, тем что они ВЭЙПЕРЫ! Парят в метро и общественных местах, доставляя дискомфорт окружающим их людям.

**Слайд 5**

- третья проблема люди, которые начинаю парить, хотя до этого не имели такой привычки как курение. В следствии этого приобретают её, пусть и в другой форме.

 Безусловно, технический прогресс – это замечательное явление, которое делает жизнь проще и в некоторых моментах намного удобнее. К сожалению, далеко не все новшества можно назвать полностью безопасными или полезными. Электронные сигареты могут послужить ярким тому примером.

**Слайд 6**

С одной стороны, это изобретение позволяет заядлым курильщикам «дымить» везде, где им вздумается, невзирая на запреты. Но вот с другой стороны есть достоверные данные о том, что они наносят не меньший, а в некоторых случаях и больший вред здоровью как самого курящего, так и окружающих его людей.

**Слайд 7**

Что такое электронные сигареты и почему они вредны?

**Слайд 8**

 Электронная сигарета, парогенератор, вапорайзер или вейп – это устройство, которое создаёт высокодисперсный аэрозоль, простыми словами пар, предназначенный для вдыхания. Пар генерируется из специальной жидкости, которая испаряется при нагревании. Внешне устройство может быть схоже как с сигаретой, так и с электронной трубкой для курения.

**Слайд 9**



Конструкция электронного парогенератора проста и состоит из двух основных частей:

батарейного блока, который обеспечивает работу устройства;

атомайзера или испарителя, состоящего из фитиля и нагревательного элемента. Испаритель предназначен для равномерной подачи жидкости к нагревательному элементу.

Агрессивный маркетинг производителей вапорайзеров, основанный на недоказанной пользе устройства, на самом деле, способствует развитию никотиновой зависимости, а не борется с ней. Электронные сигареты очень популярны среди подростков и пропагандируют в их среде курение.

**Слайд 10**

Есть ли никотин в электронной сигарете?

**Слайд 11**

Да, если вы выбираете никотинсодержащую жидкость для использования. Также есть безникотиновый вариант использования устройства, когда курильщик вдыхает исключительно ароматизированный пар.

Когда производителям задают вопрос о том, чем опасны и насколько вредны электронные сигареты, они в один голос утверждают, что для беспокойству нет причин, поскольку их устройства генерируют просто водяной пар, чистый, как сам воздух. Это преступная ложь, т.к. в составе жидкости для вейпа помимо никотина, содержатся и другие отравляющие организм веществ.

**Слайд 12**

Хотя номинально жидкость для заправки вейпа не входит в конструкцию устройства, без нее процесс парогенерации просто невозможен. Как правило, в состав жидкостей входят следующие соединения:

глицерин – это обязательный компонент, необходимый для образования пара;

пропиленгликоль (растворитель);

вода дистиллированная;

никотин (в безникотиновой жидкости отсутствует);

красители используются для придания жидкости цвета;

ароматизаторы отвечают за аромат и вкус.

**Слайд 13**

В зависимости от соотношения ингредиентов выделяют четыре основных вида жидкостей для заправки:

* классическая, в составе которой в равных долях содержатся глицерин и пропиленгликоль;
* «бархатное облако» состоит на 80% из глицерина и на 20% из воды.
* «ледяное лезвие» состоит на 5% из воды и на 95% из пропиленгликоля.
* жидкость, состоящая на 70% из глицерина и на 30% из пропиленгликоля, считается самой популярной и широко распространенной.

**Слайд 14**

Жидкость для вапорайзера может содержать до 3,6% никотина. Как правило, на этикетке будет указана ее крепость:

* безникотиновая жидкость – 0 мг (0%) никотина считается самой безопасной для здоровья альтернативой обычным табачным изделиям;
* ультра легкие жидкости содержат от 1,5 мг/мл (0,15%) до 3 мг/мл (0,3 %) никотина. Они используются теми, кто курит очень редко и мало;
* супер облегченные жидкости содержат от 6 мг/мл (0,6%) до 12 мг/мл (1,2%) никотина. Такая разновидность поможет на заключительных этапах перехода от обычного табака к электронным парогенераторам;
* облегченные жидкости содержат от 12 мг/мл (1,2%) до 15 мг/мл (1,5%) никотина;
* крепкие жидкости содержат от 15 мг/мл (1,5%) до 18 мг/мл (1,8%) никотина;
* очень крепкие жидкости содержат от 18 мг/мл (1,8%) до 36 мг/мл (3,6%) никотина, что сопоставимо с крепкими сортами табака.

Количество никотина, содержащееся в одной затяжке электронной сигареты, зависит не от концентрации вещества в жидкости, а от мощности испарителя. Чем больше пара генерируется, (т.е. чем интенсивнее затягивается человек), тем больше никотина поступает в организм за одну затяжку. Как правило, заядлые курильщики используют сначала очень крепкие жидкости для курения, со временем переходя на более легкие.

**Слайд 15**

 Электронные сигареты — вредны или нет?

Прежде чем ответить, вредна ли электронная сигарета для организма человека, совершим небольшой экскурс в историю. Мало кто знает, что первый патент на изобретение парогенератора был подан еще в 1963 году, но официальной датой рождения вейпа считается 2004 год. Электронные сигареты всегда преподносились и сейчас преподносятся производителями как наиболее безопасная альтернатива обычным табачным изделиям.

**Слайд 16**

Рекламщики делали ставки еще и на тех людей, которые хотели бы бросить курить. Предполагалось, что польза электронных сигарет заключается в том, что они помогают избавиться от никотиновой зависимости.

Однако еще в 2008 году Всемирная организация здравоохранения (далее ВОЗ) заявила, что нет никакой научной обоснованности заявлений производителей о том, что их товар эффективен в никотинозамещающей терапии.

Специалисты в один голос утверждали, что вредность электронной сигареты ничуть не меньше чем от табака.

**Слайд 17**

Доклад ВОЗ на конференции, посвящённой борьбе против табака, прозвучал жестко и бескомпромиссно, он полностью развенчал мифы о пользе электронных сигарет. К тому же был сделан акцент на их опасности для здоровья.

В итоге, было принято решение:

следует запретить свободную продажу жидкостей с различными вкусовыми добавками, так как они повышают привлекательность вейпов;

нет достаточных доказательств того, что парогенераторы помогают курильщикам справиться с никотиновой зависимостью;

к электронным сигаретам должны применяться точно такие же ограничительные меры (в продаже, в рекламе, в использовании), как и ко всем табачным изделиям.

**Слайд 18**

Это означает, что самая авторитетная организация в мире, занимающаяся здравоохранением, утвердительно ответила на вопрос о том, вредны ли электронные сигареты для здоровья. К тому же, на той же конференции ВОЗ выразила обеспокоенность тем, насколько популярными стали электронные сигареты в подростковой среде.

Ранее никогда не курившие дети решаются попробовать их, как более безопасную альтернативу обычным табачным изделиям. Что еще более печально, многие родители сами приобретают вейпы для своего ребенка, думая, что таким образом они уберегут свое ненаглядное чадо от еще большей опасности.

К сожалению, далеко не все взрослые люди сами задаются вопросом о том, опасны ли для здоровья электронные сигареты, и насколько вредна жидкость для их заправки, что уж говорить о подростках. В настоящее время в таких странах как Канада, Бразилия, Турция, Дания, Италия, Норвегия, Уругвай, Австралия, Иордания, Таиланд реклама, как и реализация электронных сигарет, запрещена на законодательном уровне.

**Слайд 19**

Главная опасность вапорайзеров кроется в составе жидкости для их заправки, в которой при парении выделяются вредные вещества в частности:

-из глицерина и пропиленгликоля–аклероин и формальдегид

формальдегид, ядовитое и высокотоксичное соединение, оказывающее пассивное воздействие на нервную систему

аклероин раздражает слизистую оболочку горла, гортани и верхней части желудка

мощные канцерогены нитрозамин и диэтиленгликоль. Ученые доказали, что их содержание примерно в десять раз больше, чем в обычных сигаретах;

ацетальдегид – это канцероген, который не только отравляет организм, но и формирует привыкание (зависимость) к курению, а также повышает риск развития болезни Альцгеймера.

**Слайд 20**

Ко всему прочему специалисты выявили в подавляющем большинстве случаев явное несоответствие в фактическом содержании никотина в жидкости для вейпа и заявленном производителем. Важно подчеркнуть, что концентрация всех выше перечисленных соединений в разы увеличивается при перегреве электронной сигареты.

**Слайд 21**

Чем еще вредны электронные сигареты с жидкостью, по мнению научного сообщества:

Из-за того, что вапорайзеры появились сравнительно недавно, в мире еще нет единых стандартов, регулирующих их производство, а также проверку качества и безопасности.

**Слайд 22**

Электронные сигареты – это устройства повышенной опасности, которые при неправильном использовании могут взрываться или воспламеняться.

**Слайд 23**

Никотин, входящий в состав жидкостей для вейпа, относится к нейротоксинам и алкалоидам, которые формируют стойкую физическую и психическую зависимость, что перечеркивает все доводы о пользе электронных сигарет в борьбе с никотиновой зависимостью. При этом вапорайзеры также как и обычные табачные изделия увеличивают риск развития заболеваний, характерных для курильщиков.

**Слайд 24**

вот немного исследований:

 «Сотрудники университета Северной Каролины представили на международной конференции Легочного сообщества США результаты нового исследования. В ходе экспериментов они пришли к выводу, что все ароматизаторы, которыми начиняют электронные сигареты, на самом деле пагубно влияют на легкие - причем не поверхностно, а на клеточном уровне.

Пять из тринадцати изученных медиками вкусовых добавок оказались сплошным ядом

Чтобы получить такие результаты, ученые подвергали легкие воздействию дыма различных электронных сигарет, а специальная аппаратура отмечала изменения, которые со временем происходили в клетках. И чем дольше в легких задерживается пар от устройств, тем масштабнее становится вред. Причем негативные изменения в клетках наблюдались даже в том случае, когда медики удаляли никотин из испаряемой смеси.

**Слайд 25**

Менее токсичны, но не менее опасны

- Вред от электронных сигарет на самом деле существует, и еще какой! - прокомментировала итоги исследования доктор биологических наук Ольга Суховская, руководитель Консультативного телефонного центра помощи в отказе от потребления табака. - Да, состав вдыхаемого пара у них менее токсичен, чем обычный табачный дым, тем не менее электронные сигареты наносят сокрушительный удар по здоровью. В них находятся и канцерогенные вещества, и более мелкие частицы, глубоко проникающие в легкие, и аллергены»

**Слайд 26**

Подведем итог.

Каждый из компонентов в какой то степени опасен, а влияние на организм всех их вместе и в долгосрочной перспективе. Главная проблема, что на сегодняшний день, именно долгосрочное влияние не может быть изучено. Вэйп индустрия шагает семимильными шагами и каждый год появляются все более мощные устройства и атомайзеры, способные давать большое количество пара. Многие исследования, основаны на том, что человек потребляет 2-3 мл. жидкости в день, а сейчас из за мощных устройств парящий человек может потреблять до 30 мл. в день. Человечество, вообще любит создавать вредные привычки, а потом пытаться излечиться от них, иногда заменяя не менее опасными.

**Слайд 27**

В соответствии с Рамочной конвенцией Всемирной организации здравоохранения, которую Россия ратифицировала в 2008 году, в субъектах Российской Федерации реализуется комплекс соответствующих мероприятий. Разработанная система профилактики требует оценки и корректировки реализуемых мероприятий с учетом влияния вновь возникающих факторов. В последнее время вопрос отказа от курения стал актуален и расширился ассортимент новых вспомогательных средств для людей желающих бросить курить.

Первоочередная задача при разработке комплекса профилактических мероприятий – это создание нормативно-правовой базы. В области регионального законодательства принят региональный закон Кемеровской области "Об охране здоровья населения Кемеровской области от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака" в целях установления дополнительных ограничений курения табака в отдельных общественных местах.

Важнейшим инструментом формирования единой профилактической среды является «Госпрограмма развития здравоохранения РФ до 2020 года», на основе которой разработана региональная программа . Первой подпрограммой является «Профилактика заболеваний и формирование здорового образа жизни. Развитие первичной медико-санитарной помощи».

**Слайд 28**

Мероприятия по профилактике табакокурения в медицинских организациях реализуются в рамках приказа Департамента охраны здоровья Кемеровской области «Об организации работы по соблюдению норм законодательства в сфере охраны здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака в подведомственных (государственных) медицинских организациях на территории Кемеровской области». В соответствии с которым курение запрещено во всех медицинских организациях Кемеровской области, разработаны меры поощрения и санкции.

**Слайд 29**

Популяционная стратегия реализуется через проведение массовых мероприятий. Систематически проводятся информационно-образовательные мероприятия, массовые Акции в торговой сети, в учреждениях здравоохранения, образования, культуры. В средствах массовой информации публикуются материалы по профилактике заболеваний и формированию здорового образа жизни, на местных телеканалах размещаются ролики и информация о проведенных мероприятиях для населения в городах и районах Кемеровской области.

Размещается информация на сайтах медицинских организаций.

**Слайд 30**

Стратегия высокого риска реализуется в рамках всеобщей диспансеризации населения. В процессе диспансеризации взрослого населения проводится выявление лиц с вредными привычками, диагностика респираторных заболеваний у курильщика. С целью создания мотивации к отказу от табакокурения проводится краткое, углубленное индивидуальное и групповое профилактическое консультирование. Желающим отказаться от курения табака оказывается консультативная помощь с назначением никотинзаместительной терапии, комплекса лечебной физкультуры, психологическое воздействие, пациенты обучаются методам выхода из стресса, дыхательной гимнастике.

**Слайд 31**

В Кемеровской области функционируют 15 Центров здоровья. В Центрах здоровья проводится комплексное обследование и разрабатывается индивидуальный план профилактических мероприятий, в том числе оказывается помощь по отказу от табакокурения. В кабинетах и отделениях медицинской профилактики амбулаторно-поликлинической сети Кемеровской области организованы консультативные приемы по отказу от табакокурения. Для лечения табачной зависимости в наркологических учреждениях Кемеровской области организованы приемы врача-нарколога для взрослых, родители с подростками могут обратиться в амбулаторные наркологические кабинеты Кемеровского областного наркологического диспансера. Минздрав России организовал бесплатную телефонную линию для консультаций по отказу от курения табака для пациентов всей России

**Слайд 32**

Спасибо за внимание!