

Вред электронных сигарет для детей и подростков.

Опасность для подростков в том, что при использовании «вейпов» у несовершеннолетних наблюдается раздражение в поведении, нарушается нормальный режим отдыха и учебы, снижается стрессоустойчивость. Химические вещества, находящиеся в смеси, оказывают и физические последствия.

Какой вред здоровью подростков наносит курение вейпа и электронных сигарет подростков?

Вейпы и электронные сигареты опасны для здоровья несовершеннолетних.

Большинство смесей, как и табачные изделия, содержат никотин, следовательно, все виды негативного воздействия на организм этого вещества присущи и электронным сигаретам. Более того, вейперы убеждены, что не приносят никакого вреда своему здоровью, начинают парить чаще и употреблять больше никотина, чем при классическом курении.

Влияние вейпов и электронных сигарет на организм:

- Затруднение дыхания, возникновение затяжного кашля и одышки;
- Низкая выносливость, нервное истощение;
- Постепенное снижение слуха и зрения. Никотин способствует повышению внутриглазного давления, что может привести к развитию глаукомы;
- Риск развития онкологических заболеваний;
- Ухудшение функционирования щитовидной железы;
- Задержка в умственном и физическом развитии;
- Опасность для репродуктивного здоровья: в будущем риск бесплодия;
- Регулярное учащение сердцебиения, сердечные заболевания;
- Проблемы с кожей: угревая сыпь, себорея и т.д.
- Угнетение центральной нервной системы и деятельности головного мозга: при регулярном их использовании

несовершеннолетние могут становиться более эмоциональными и активными, вплоть до истерии, или, наоборот, впадать в депрессию;

- Ухудшается память, возможно возникновение нарушения мелкой моторики и координации движений;
- Нарушаются познавательные процессы – память, мышление, воображение.

Профилактика использования электронных сигарет среди подростков:

Курение в подростковом возрасте проще предотвратить, чем бороться с ним. Попробовав электронную сигарету один раз, мало, кто не потянется за ней во второй.

Как попытаться уберечь ребёнка от этого?

Доверительные отношения с родителями и другими значимыми взрослыми – главное условие для избавления от зависимости.

Следует информировать детей о никотиновой зависимости, масштабах ее вреда и влияния на жизнь в будущем.

Наличие у ребенка любимого занятия, увлечения. С раннего возраста можно приобщать детей к спорту и различным хобби.

В разговоре с подростками стоит делать упор на плюсы жизни без вейпа и электронных сигарет, чем на строгие запреты. По мнению многих детей — что запретили, стоит обязательно попробовать.

Важно, чтобы подростки понимали, какой вред наносится своему организму и как это может повлиять на их здоровье в будущем.