

### **Влияние на здоровье подростков электронных сигарет.**

В состав электронной сигареты входят: картридж с никотином или с его аменителем, ультразвуковой распылитель, который создаёт пары, датчик воздушного потока, электронный чип, литиевый аккумулятор, заменяющий усилия лёгких и светодиод, создающий иллюзию тления. Никотиновая жидкость или жижа включают в себя: медицинский никотин, глицерин и пропиленгликоль.

Никотин – фактически самое вредное вещество в составе жидкости для электронной сигареты, он признан наркотическим веществом сильного психотропного действия.

Vape в переводе с английского означает пар. В современной тавтологии курение электронных сигарет называется парением или вейпинг. По мнению медиков и учёных, при парении, зачастую, курильщику не хватает привычного табачного дыма, и он увеличивает дозировку «жижи» или самостоятельно приготавливает «жизу» из покупных ингредиентов.

Парение может вызвать ухудшение самочувствия, нарушает функцию системы кровообращения подростка, ослабляет иммунитет, ухудшает репродуктивную функцию, может возникнуть мышечная слабость, близорукость и т.д.

Курение электронных сигарет — самое обычное проявление никотиновой зависимости, только с немного не привычной формой доставки никотина. Поэтому раннее употребление электронных сигарет, прежде всего, негативно сказывается на лёгких, печени, сердечнососудистой и нервной системе. У подростка возникают первые признаки одышки, мучает кашель, повышается или понижается давление, происходит спазм сосудов.

Никотиновые жидкости негативно сказываются на слизистой оболочке бронхов и трахеи. Вслед за этим появляется удушливый кашель, а также может появиться астма, пневмония и проблемы с желудочно-кишечным трактом.

При длительном курении у курильщика сильно страдает печень, т.к. никотин наносит большой урон печени и печеночным сосудам. Вследствие чего может развиваться холецистит, цирроз, камни в желчном пузыре и другие побочные болезни.

Сердце начинает работать более учащённо, что приводит к его раннему изнашиванию. Кислород к тканям и сосудам поступает в замедленном темпе, что приводит к быстрому истощению организму, постоянной слабости. Со стороны центрально-нервной системы ухудшается память, внимание, появляется рассеянность, частые головные боли, раздражительность, равнодушие ко всему происходящему.

При длительном курении интеллектуальное развитие, а также память подростков сильно страдает, т.к. прилив крови с вредными веществами негативно воздействуют на мозговую активность. Из-за частых перепадов настроения у подростков снижается активность, они с меньшим интересом вовлекаются в учебный процесс, от этого они теряют способность к анализу.

Выясняя вопрос, какие сигареты вреднее электронные или обычные, нужно знать наверняка – любое курение наносит вред здоровью.

Даже если электронные сигареты менее вредны, чем обычные, это не значит, что они совсем безопасны.

Эффект, который электронные сигареты оказывают на людей, не изучен как следует, и потенциальный вред для здоровья в долгосрочной перспективе до сих пор остаётся загадкой.