 **Куріння підлітків – це тренд чи антитренд?**

 В Україні підлітки починають палити приблизно в 14 років. «Сьогоднішній підліток – це потенційний клієнт завтра». Переважна більшість курців вперше починають курити ще підлітками. Найбільш популярними тютюновими виробами в Україні залишаються цигарки, проте ринок ТВЕН та електронних сигарет зростає.

 Що ж таке електронна сигарета? Це всі види вейпів, унаслідок споживання яких утворюється не дим, а пара. Вони бувають як одноразові, так і багаторазові.

 Електронна сигарета – це пристрої, які генерують пар для вдихання шляхом нагріву спеціальної рідини (е-рідина). На відміну від традиційних сигарет у пристроях немає тютюну. Виробники електронних сигарет та вейпів запевняють, що вони є цілком безпечною альтернативою звичайному тютюнопалінню. Нібито ці пристрої не шкодять здоровю, оскільки не утворюють продуктів горіння та не містять шкідливих смол. Насправді містять. Рідина у картріджі, крім нікотину, який виробляють з тютюнового листя, складається з пропіленгліколю, гліцерину та ароматизаторів – тютюну, ментолу, кави, фруктів, солодощів чи алкоголю. Привабливим фактором для вживання є смакова різноманітністьрідини розчинника ( кавун, яблуко , персик, ківі та інші). Які ж смакові добавки є **«придатними»** до інгаляції? **НІЯКІ!**

* Пропіленгліколю та гліцерин – токсичні при вдиханні;
* Формальдегід має канцегогенну дію;
* Акроїн може спричинити незворотне пошкодження легенів;
* Бензол – летюча органічна сполука, здатна викликати захворювання серцево – судинної та дихальної системи.системи.

**Небезпека електронної сигарети:**

* Вплив на розвиток мозку;
* Призведення до распіраторних захворювань бронхіт і астма;
* Вейпінг може призвести проблеми з диханням ( хрипи, кашель, і задишка)
* Артеріальний тиск і частоту серцевих скоррчень;
* Отруєння нікотином
* Рак легенів та ротової порожнини

**Як захистити підлітка?**

Не рідко діти починають курити за компанію чи під тиском однолітків. Тому важливо поговорити зі своїми дітьми про небезпеку електронної статті та допомогти протистояти тиску однолітків, заохочити їх вести здоровий спосіб життя.

 В Україні з 11 липня 2022 року  набули  чинності нові антитютюнові обмеження. Тепер електронні сигарети, IQOS та glo, кальяни, як і звичайні сигарети, заборонено вживати у громадських місцях, в перелік входить приміщення та територія навчальних закладів, дитячі майданчики.

 Відповідно до ст. 175-1 Кодексу України про адміністративні правопорушення, передбачено відповідальність за куріння у місцях, де це заборонено законом, а також в інших місцях, визначених рішенням відповідної  ради:

* попередження;
* штраф від 51 до 170 грн.

За повторне вчинення правопорушення протягом року:

* штраф від 170 до 340 грн.

Якщо ж правопорушення вчинила неповнолітня особа віком від 16 до 18 років, яка не має власного доходу, відповідальність нестимуть батьки, опікуни чи піклувальники.

**Отож, безпечного паління не існує! Ніякого! Не будьте активними, ні пасивними курцями!**