



Система  
Общественного  
Здоровья

**Электронные сигареты** вызывают и поддерживают никотиновую зависимость порой больше, чем табачные изделия.

**Курильщики, которые не могут или не хотят** отказаться от курения и прибегают к потреблению электронных сигарет, как к меньшему из зол, рискуют стать "двойными" курильщиками. В силу высокой никотиновой зависимости, они не могут бросить курить и продолжают курить обычные сигареты **в сочетании** с электронными, тем самым нанося непоправимый вред своему здоровью.

Таким образом, потребление электронных сигарет **сводит к нулю** все шансы курильщика когда-нибудь полностью отказаться от курения.

**СОХРАНЕНИЕ  
ЗДОРОВЬЯ ЛЮДЕЙ -**



**НАША ОБЩАЯ МИССИЯ**

ГБУЗ "Кузбасский центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики"

Наши контакты:

 8 (3842) 442270

 [ocmp42.ru](http://ocmp42.ru)

 @ocmp42

 [t.me/prof42](https://t.me/prof42)

 [ocmp@kuzdrav.ru](mailto:ocmp@kuzdrav.ru)

 [vk.com/club118532226](https://vk.com/club118532226)

**Осторожно,  
электронные  
сигареты!**



## Осторожно, электронные сигареты!

Производители электронных сигарет позиционируют свою продукцию как способ "безопасного" курения и даже как способ отказа от курения и лечения табачной зависимости.

Как к этому относиться?

### Чем опасны электронные сигареты?

Основные опасности - это поддерживаемые табачными компаниями мифы, связанные с электронными сигаретами.

 **Миф №1. Они безопасны, я могу их курить вместо обычных сигарет!**

**Безопасны? ???**

**Во-первых**, электронные сигареты **не безопасны** - их аэрозоли содержат высокотоксичный никотин и другие химические токсины и канцерогены (например, карболовые соединения, тяжелые металлы, такие как олово, медь, хром и никель).

**Во-вторых**, состав жидкостей для электронных сигарет не регулируется никакими стандартами. Заявленное на упаковке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с фактическим составом жидкости. Вы никогда точно не узнаете, чем именно отравляете себя!

**А знаете ли вы**, что содержащийся в жидкости для заправки электронных сигарет сульфат никотина - мощный нейротоксин, который ранее использовался для травления насекомых, но был запрещен из-за высокой токсичности. При попадании в организм через кожу или желудок он способен вызвать тяжелые отравления вплоть до смертельного исхода.



**Миф №2. Они безвредны для окружения, я могу курить их там, где курить нельзя.**

**Во-первых**, пары, выпускаемые электронными сигаретами, не безвредны для окружающих. Содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет делает их также опасными для окружающих, в том числе для беременных женщин и их будущих детей, если женщины сами потребляют электронные сигареты, либо пассивно подвергаются воздействию их паров.

**Во-вторых**, курить электронные сигареты в местах, где курение не допускается, вы не можете, так как потребление всего, что имитирует курение, в общественных местах запрещено Федеральным законом №15-ФЗ "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака" и Федеральным законом от 31 июля 2020г №303-ФЗ "О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ по вопросу охраны здоровья граждан от последствий потребления никотинсодержащей продукции".



**Миф №3. Они помогут мне бросить курить и они лучше, чем любая терапия!**

**Нет никаких фактов, доказывающих эффективность применения электронных сигарет как средства лечения табачной зависимости!**



### Кому это выгодно?

**В мире опасаются, что если не запретить электронные сигареты, они могут вернуть былую моду на курение.**

Реклама и продвижение электронных сигарет активно поддерживаются табачной индустрией, многие табачные компании сами заняты производством электронных сигарет.

**Потому что они знают: пока будут разрешены электронные сигареты и пока новые курильщики будут их пробовать, никогда не иссякнут ряды потребителей табачной продукции.**

**Хорошо, что у нас есть закон, защищающий нас от электронных сигарет наряду с табачными изделиями, включая их рекламу и продвижение.**

### Берегите детей!

Доказано, что треть подростков, попробовавших электронные сигареты, прежде никогда не курили.

Попробовав их из любопытства, они быстро становятся постоянными потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий, так называемыми "двойными" курильщиками.

**А это как раз то, к чему стремятся табачные компании!**

