

# Вейпінг



{ Один із способів знищити себе

Шкідлива звичка – це властивість поведінки людини та залежність організму, внаслідок чого людина не контролює свою поведінку, а навпаки стає заручником своїх слабкостей. Варто лише сформуватися шкідливій звичці і вона керує людиною. Відповідно на це йде частина її грошей, її часу, її енергії, на збиток чомусь більш корисному. Людина втрачає самоповагу, душевні сили, руйнується фізичне та душевне здоров'я. Деяких це врешті-решт убиває.

## ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ



Вейпінг — це насправді не одноразова угода. Тому що людський організм надзвичайно швидко звикає до нікотину. А нікотин — це третя за популярністю наркотична речовина після героїну та кокаїну.

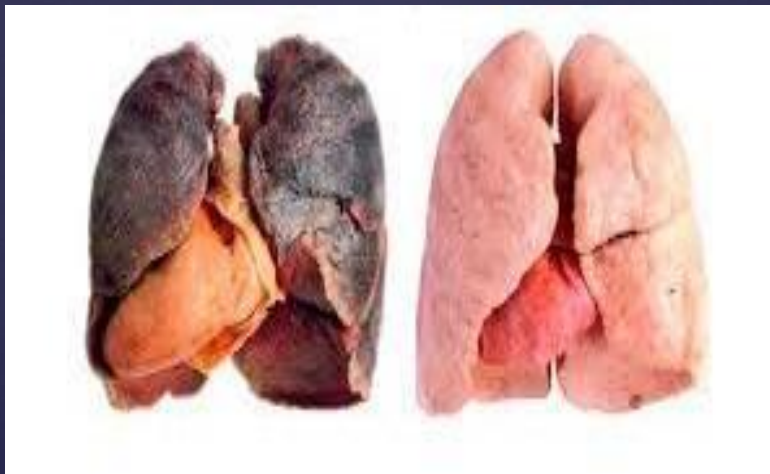
Нікотин в електронній сигареті викликає залежність ще швидше, ніж через звичайну сигарету, тому що нові продукти для вейпінгу розроблені для того, щоб легше і швидше доставляти більше нікотину до мозку.

Особливо це стосується молодих людей, адже розвиток мозку триває до 25 років. В цей момент, мозок є дуже вразливим до впливу нікотину, тому молодь значно частіше звикає до нікотину, ніж дорослі.



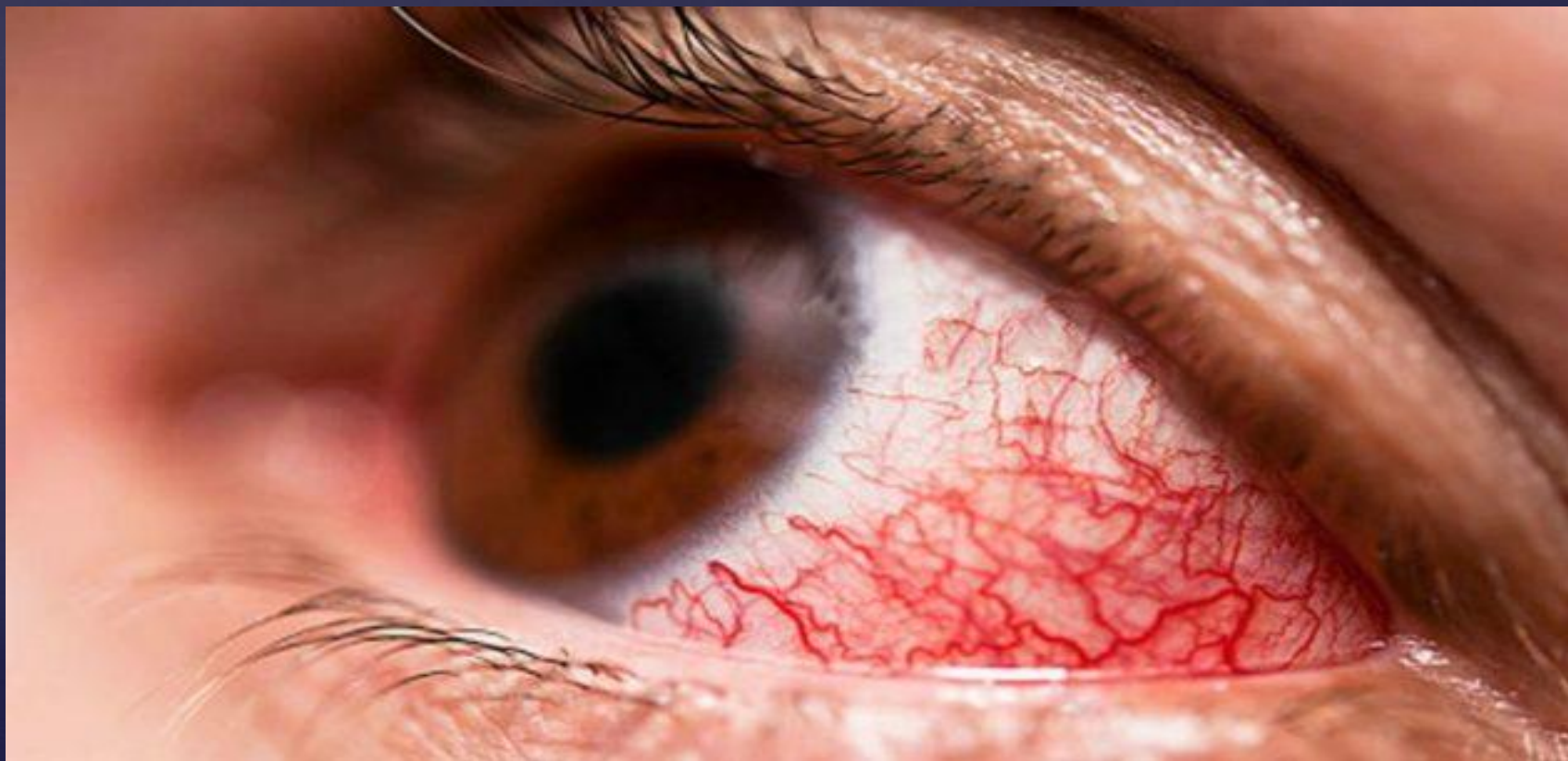
Як свідчать перші дані досліджень, вплив вейпінгу на легені пов'язаний з різноманітними добавками в електронні сигарети. У випарах від електронної сигарети може бути гербіцид, який використовується для знищення бур'янів. Ця речовина може спричинити гостру травму легень, хронічну обструктивну хворобу легень, а також рак та астму. Заповнювачі електронної рідини у вигляді випарів є токсичними для легневих клітин. Існує також ароматизатор під назвою діацетил, який має масляний присмак. Ця хімічна речовина, може спричинити появу незворотних рубців легень.

### Вейпінг та куріння



В процесі куріння електронних сигарет у повітря викидаються небезпечні хімічні речовини — формальдегід, акролеїн та ацетальдегід. Ці речовини можуть дратувати очі. Куріння може викликати печуче відчуття, яке в кінцевому підсумку може призвести до того, що ваші очі стануть сухими й немов налитими кров'ю.

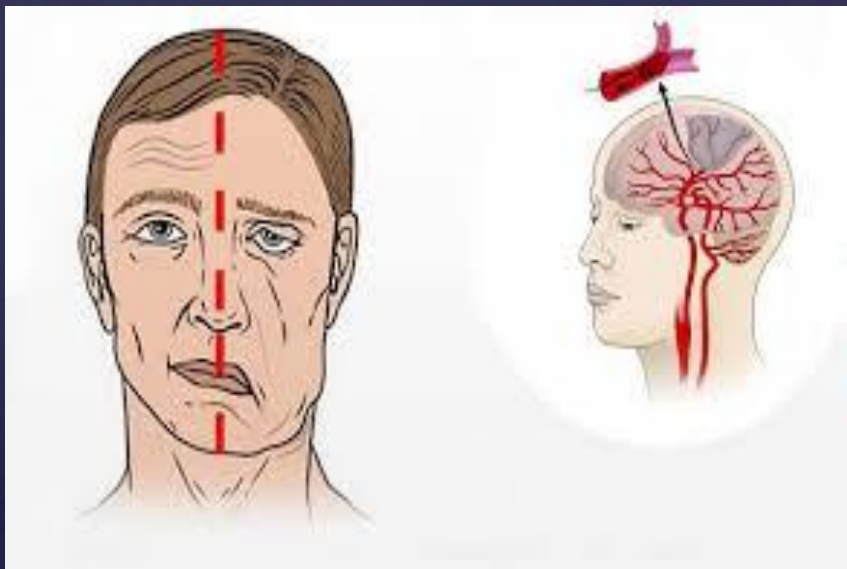
Ще гірше для людей, які носять контактні лінзи. За даними Американської асоціації оптиків, підвищення артеріального тиску, яке провокується вейпінгом, також може пошкодити кровоносні судини в сітківці та викликати стан, відомий як гіпертонічна ретинопатія.



Після декількох затяжок кров'яний тиск і серцебиття підвищується. Тому тривале вживання вейпу може призвести до вищого ризику інфаркту, інсульту, стенокардії та серцевих захворювань. Такі ж наслідки викликає і куріння звичайних сигарет, але пристрої для вейпінгу швидше, ніж звичайні сигарети, перекачують нікотин через ваше тіло, тому серцевий ритм збільшується швидше, ніж при традиційному курінні.

#### Наслідки інсульту:

- опустився куток рота;
- не закривається око з ураженого боку.



Попередні дослідження виявили, що аерозольний компонент в електронних сигаретах сприяє росту бактерій на поверхнях зубів. Іншими словами, вейпінг може призводити до появи дірок у зубах.

Інше дослідження виявило, що вейпінг пов'язаний із запаленням ясен. А це в свою чергу, призводить до пародонтозу, ясна починають кровити та відшаровуватися.



Багато хто вважає, що парити вейп - це модно, незвично та круто. Манить та захоплює приємний аромат, замість сигаретного диму. Підлітки дуже швидко потрапляють під вплив оточення, хоча у них немає природної потреби в курінні.

В Україні щоденно курить 45% дорослих чоловіків і 9% дорослих жінок, а серед молоді - 45% юнаків і 35% дівчат.



Всі шкідливі звички навязують людям світові алкогольні і тютюнові компанії завдяки рекламі і пропаганді, для того щоб заробляти мільярди долларів на людських слабкостях.

Так у 1929р. тютюнова кампанія American Tobacco почала розвивати торгову марку Lucky Strike і вирішила розширити свою клієнтуру за рахунок жінок. В той час, в більшості палили тільки чоловіки і керівництво тютюнової компанії зрозуміло, що втрачає половину клієнтів, а значить і велику долю прибутків.

Для того, щоб втілити свій задум в життя керівництво American Tobacco звернулось до одного з видатніших спеціалістів з піару (PR) - Е. Бернейза, який зробив значний внесок в створення сучасної науки масового переконання, заснований не на розумі, а на маніпуляції підсвідомими почуттями та імпульсами.

Все почалося з гасла: «сигарети — це факели свободи», за допомогою яких жінки можуть заявити про свою емансипацію. Такий собі натяк на факел Статуї Свободи.

Вже 31 березня 1929 року Е. Бернейз організував проплачену ходу жінок на Великодньому параді в Нью-Йорку. Учасниці пройшли П'ятою авеню і курили цигарки Lucky Strike — демонструючи протест проти соціального табу на куріння для жінок. Таким чином Е. Бернейз рекламував сигарети як символ жіночої незалежності з метою створення і насадження жінкам потреби курити. Бернейз найняв своїх фотографів, щоб зробити гарні знімки з проплаченого параду.

В цей час стрункість входила в моду. Тому сигарети можна було продавати жінкам як спосіб втамувати голод. Також було опубліковано серію відгуків оперних зірок і акторок про те, що сигарети Lucky Strike заспокоюють горло. А ще Е. Бернейз залучив експертів, які стверджували, що цукор провокує карієс, тому краще їсти фрукти (зміцнюють зуби), пити каву (очищує) та палити сигарету (дезінфікує).

І як результат - рівень курців серед жінок зріс з 5% (у 1923-му) до 12% (у 1929-му) і до 33% (у 1965-му).

## Рекомендації батькам, діти яких курять вейп і не тільки...

- ⌘ Зверніть будь ласка увагу на те, чому ваша дитина курить електронні сигарети, адже на їхнє придбання необхідні кошти, й чималі.
- ⌘ Можливо, необхідно просто поговорити з дитиною, з'ясувати причину неспокою та нервування. Записати підлітка в спортивну або будь-яку іншу секцію, щоб він перебував у психологічно здоровому колективі, де у дітей зовсім інші інтереси.
- ⌘ Необхідно зайняти вільний час підлітка, тобто має з'явитись якийсь цікаве захоплення, яке подобається дитині. Разом з тим дуже важливо прислухатися до його думки, адже найчастіше те, що подобається батькам – зовсім не подобається дітям. Варто лише зацікавити їх.
- ⌘ Дуже важливо – проводити більше часу з дітьми. Зазвичай вони обділені увагою дорослих і дуже потребують нашого спілкування та розуміння.
- ⌘ Пам'ятайте, про те, що ваші діти змалечку копіюють вашу поведінку та ваш стиль життя.

Будьте для своїх дітей гідним прикладом!