

# ВЕЙПИНГ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

---

Презентацию подготовила СЕМЕНЧЕНКО М.В. педагог-психолог  
МБОУ СОШ 19 пос.Октябрьского имени Героя Советского Союза  
Рыжова В.К.

Вейпинг- это процесс вдыхания и выдыхания пара, который образуется при нагреве жидкости в электронном устройстве. Вейпы стали популярны в подростковой среде, так как они считаются безопасной альтернативой курению



## Почему подростки используют электронные сигареты, вейпы?

- Это модно, стильно, по их мнению безопасно
- Способ самовыражения
- Проявить свою причастность к группе сверстников
- Подчеркнуть свою индивидуальность
- Доказать свою независимость от родителей
- Чтобы уважали
- Приобретение чувства взрослости
- В последствии нет неприятного запаха (не заподозрят)



# История возникновения вейпа

- Вейпинг зародился совсем недавно. Китаец Хон Линг, выпускник Ляонинской медицинской академии, заядлый курильщик, стал размышлять о вреде сигарет с точки зрения ученого, когда его отцу диагностировали рак легких. С 2003 года он стал разрабатывать прототип системы доставки никотина. Его изобретение поменяло концепцию курения. В основу работы нового изобретения встроили парогенератор, устройство заряжается от электричества. При нагревании жидкость, которая находится в капсуле электронного устройства, попадая на нагревательный элемент испаряется образуя большое количество пара.

# Чем опасен пар?

- При курении электронных сигарет или вейпов в выделяющемся паре содержится более 30 видов опасных веществ. Например, пропиленгликоль способен накапливаться в организме, вызывая аллергические реакции, воспалительные процессы, вызвать нарушение работы печени и почек. При термическом разложении пропиленгликоля и глицерина повреждаются органы дыхания, центральная нервная система, развиваются мутагенные процессы.

Возрастает риск возникновения зависимости, в том числе и к другим веществам, например, к алкоголю. Ароматизаторы вызывают также аллергические реакции вплоть до развития бронхиальной астмы. Аэрозоли электронных сигарет опасны содержанием металлов, особенно никеля и свинца, которые повреждают нервную, дыхательную, эндокринную, пищеварительную, сердечно-сосудистую и выделительную системы.

## Есть симптомы, которые указывают, что вейп уже оказывает негативное влияние на организм?

- Первый признак – повышенное слюноотделение и сухость во рту – это реакция на тяжелые металлы. Часто «парители» жалуются на головные боли, головокружение, ухудшение памяти снижение концентрации внимания, эмоциональные и другие расстройства - раздражительность, агрессия, депрессия, тошнота, диарея, боли в животе.
- Использование вейпов значительно увеличивает риск инфарктов, инсультов и онкологических заболеваний. Не обманывайте себя альтернативой «безобидного» курения. Только полный отказ от него поможет сохранить самое дорогое, что есть у человека – здоровье.



# В зоне риска те, кто рядом

- Многие убеждены, что электронные сигареты можно использовать везде, даже в местах, где курение запрещено. Их аргумент: ведь это просто безвредный пар, как из чайника, он никому не мешает, это же не табачный дым. Но это не так. Напомним, что пар — это газообразное состояние вещества. А электронные сигареты выделяют аэрозоль, то есть, взвесь частиц в газе. И это огромная разница. Мелкие частицы аэрозоля всегда травмируют лёгкие, могут вызывать раздражение альвеол, кашель и другие респираторные проблемы.

Помимо воды в жидкости для электронных сигарет есть ещё пропиленгликоль или растительный глицерин, жидкие носители для никотина. Они признаны безопасными, если используются в пищевом производстве, но их никто не признавал безопасными для вдыхания. Находится рядом с курильщиком может быть опасным, если человек попадает в зону выдыхаемого аэрозоля.

# Последствия

- Изучены и достоверно определены негативные последствия, вот лишь часть их них:

Аэрозоль вейпа или электронной сигареты вызывает кратковременную воспалительную реакцию в лёгких, как и обычные сигареты. Причём пары жидкости без никотина могут привести к более сильному повреждению.

Вдыхаемые микрочастицы аэрозоля раздражают альвеолы и могут вызвать приступ астмы. Воздействие аэрозоля электронных сигарет снижает реакцию иммунной системы и увеличивает восприимчивость к возбудителям гриппа, COVID-19 и других респираторных заболеваний. Даже при кратковременном воздействии аэрозоля возможно раздражение горла и глаз, кашель и головокружение.

Никотин, содержащийся в аэрозоле, вызывает сужение артерий, а это может привести к сердечному приступу. Человеческий мозг достигает полной зрелости примерно в 25 лет. До этого возраста он особенно уязвим для никотина. Поэтому в зоне особого риска дети и подростки. В долгосрочной перспективе у них могут возникнуть необратимые изменения в префронтальной коре, той части мозга, которая отвечает за принятие решений.



# Может ли вейп взорваться ?

- Взрывы вейпов во время их использования — не редкость. Об очередном инциденте сообщалось 27 июня 2022 года — электронное устройство взорвалось рядом с лицом 13-летнего жителя Московской области. Ребенка экстренно госпитализировали. Несколькими неделями ранее аналогичный случай произошел в Екатеринбурге.
- Иногда курение электронных сигарет имеет более трагические последствия. Так, в 2018 году в США пострадавший при взрыве вейпа скончался — осколки устройства повредили его мозг.

# Что вреднее вейп или сигарета?

Токсичные вещества  
в жидкостях для электронных  
сигарет и вейпов



**КУРЕНИЕ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ!**



На курение сигареты  
человек тратит 3-4  
минуты



Курение электронной  
сигареты занимает 20-  
30 минут





# Пути решения

- Правовое урегулирование в России и других странах  
Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 303-ФЗ  
предусматривает запрет на:
- -вовлечение несовершеннолетних в процесс потребления  
никотинсодержащей продукции;
- - продажу пищевой, жевательной, сосательной и  
нюхательной никотинсодержащей продукции,
- - продажу несовершеннолетнему кальянов,  
никотинсодержащей продукции и устройств для её  
потребления,
- -потребление никотинсодержащей продукции или  
использование кальянов в помещениях, составляющих  
общее имущество собственников комнат в коммунальных  
квартирах, а также помещениях, предназначенных для  
предоставления услуг общественного питания.

# Профилактические беседы

- Взгляд изнутри 5-7 классах
- Вред электронных сигарет 8-11 классы
- Мои полезные привычки 2-4 класс
- Умей сказать «Нет» 5-8 класс
- «Я» синьей 9-11 класс
- Правовые профилактические беседы с привлечением сотрудников правоохранительных органов.

# Пропаганда ЗОЖ в школе:

- Просмотр видеороликов и мультфильмов на сайте «Общее дело»
- Просмотр презентаций по формированию здоровых привычек.
- Обсуждение с детьми пути помощи тем, кто оказался в зависимом положении
- Разбор различных ситуаций с примерами поступков
- Сказкотерапия по пропаганде здорового образа жизни «Будь здоров», «Путешествие в страну здоровья»



# Почему дети в подростковом возрасте начинают курить

- Подростковый возраст — период физиологических и психологических изменений, который часто сопровождается стремительным развитием самосознания и становлением личности.
- На этом этапе жизни подростки часто испытывают сильные эмоции, в том числе и отрицательные. Например, разочарование, стресс или тревогу. Курение может стать источником успокоения и отвлечения от внутренних проблем.
- Кроме того, подростки часто подвержены социальному давлению и стремятся соответствовать определённым нормам и ожиданиям со стороны своей социальной группы. Из-за того, что курение считается модным и привлекательным, ребёнок может курить, чтобы быть принятым в кругу сверстников.

# Как определить курит ли ребенок вейп?

- Сладковатый запах в комнате, которой находился ребенок.
- Новый сленг в речи ребенка, непонятные выражения и слова например- жижа, нулевка, ашка, дудка, мод, танк, под.
- Новые зарядные устройства.
- Ухудшение аппетита, подавленное состояние, ребенок пытается изолироваться в комнате.
- Начинает чаще болеть.
- Чаще просит деньги на карманные расходы.
- Снижается успеваемость в школе, проблемы с памятью, рассеянность, агрессивность, замкнутость.

# Как помочь подростку если он курит вейп?

- Критиковать не ребенка, а его отдельные поступки
- Поинтересоваться его чувствами
- Понять мотивы
- Предложить помощь (лучше специалиста)
- Показывать положительный собственный пример
- Понять ребенка, выразить эмпатию
- Чтение вспомогательной литературы:
  - Р. Лихи «Свобода от тревоги»
  - Д. Силон «Как преодолеть панику. Руководство по самопомощи с применением КПТ»
  - Л. Кларк «Обуздай свои эмоции. Как справиться с тревогой, гневом и депрессией»



# Мудрость воспитания

- *Человеческая любовь – могущественная сила воспитания. Тот, кто умножает жизнью своей это бесценное богатство человеческого духа, – тот, воспитывая самого себя, воспитывает своих детей. Ибо, как писал Л. Н. Толстой, суть воспитания детей заключается в воспитании самого себя. Воспитание самого себя есть могущественный способ влияния родителей на детей.*

• *Василий Александрович Сухомлинский*

# Спасибо за внимание!

- Семенченко Марина  
Владимировна
- 89183446757