

Вопрос о том, почему люди начинают курить, - один из первых на встречах со студентами и школьниками. Причины у каждого свои, а их список бесконечен. Самые распространённые среди подростков 12-15 лет (именно такой возраст начала курения по данным анонимного анкетирования):

- потому что курят друзья,
- потому что курят родители,
- просто хотелось попробовать,
- потому что это «круто» и модно,
- потому что в глазах приятелей кажешься взрослее,
- потому что «взяли на слабо» (давление со стороны сверстников),
- потому что «тот герой в фильме выглядел очень брутально и авторитетно с сигаретой»,
- любимые звезды (шоу-бизнеса и пр.) тоже курят,
- противоречия в семье, родительский диктат,
- недостаток впечатлений, внимания, эмоций, скука,
- тяга к опасному и запретному,
- свободный доступ.

На первом же месте всегда будет стоять пример курящих родителей. Нет смысла убеждать чадо во вреде курения, когда стоишь с сигаретой в руке. Ребенок, который с детства видит родителей курящими, в восьмидесяти процентах также закурит.

Сегодня, согласно данным анонимного анкетирования, проводимого специалистами санитарной службы ежегодно, «классические» сигареты предпочитают курить люди в возрасте после 40 лет, для молодёжи очень актуальны электронные устройства (вейпы, айкосы). Печально, что многие из «электронных» курильщиков плохо осведомлены об опасности разрекламированного увлечения, не знают или предпочитают делать вид, что не знают, для чего появилась электронная сигарета, какие новые опасности она таит для здоровья.

СПРАВОЧНО. Отец изобретателя был курильщиком и умер от рака лёгких, это трагическое событие подтолкнуло Хон Лик, работавшего в то время фармацевтом в компании Golden Dragon Holdings, к изобретению электронного устройства, позволявшего курильщикам продолжать курить без вреда для собственного здоровья и здоровья окружающих. Изначальная концепция была - предоставить курильщику альтернативный способ курения. В 2004 году фирма, в которой работал Хон Лик, сменила имя на Ruyan и выпустила первую, серийную партию электронных сигарет по его патенту.

Маркетинговый отдел компании решил позиционировать устройство как средство,

избавляющее от никотиновой зависимости. Видимо, с тех самых пор в сознании большинства обывателей прочно укоренился стереотип о том, что каждый курильщик электронных сигарет непременно пытается избавиться от пагубной привычки - это не так. Многие курят электронные сигареты сначала из любопытства, затем из-за психологической зависимости, а после – из-за тяги к никотину, который содержится в жидкостях для электронных сигарет в различной концентрации.

Если говорить о вреде курения с медицинской точки зрения, то первоначально никотин негативно сказывается на нервной системе. Никотин буквально истощает нервные клетки, что ведет к постоянному чувству усталости. На смену привычной для здорового организма выносливости, активности вскоре приходит раздражительность, нервная возбудимость. Постоянная нервозность – вот верный спутник курильщика.

Курение резко ухудшает и работу органов восприятия. Обоняние, слух и зрение начинают функционировать со сбоями. Эмаль зубов у курильщиков разрушается намного быстрее. Это происходит в связи с тем, что при курении человек вдыхает воздух, температура которого намного ниже, чем у сигаретного дыма, вот эта разница и провоцирует разрушение зубной эмали.

Память из-за курения постепенно ухудшается, а также ухудшается развитие основных мыслительных процессов. При этом, чем больше ребенок начинает курить, тем больше шансов, что его аналитическое мышление постепенно начнет давать сбои.

Еще одна система организма, которая сильнее других страдает от никотиновой зависимости – органы дыхания. Ввиду того, что организм еще растет, дыхательная система оказывается не в состоянии перерабатывать поступающий в легкие табачный дым. Из-за этого его часть в буквальном смысле оседает на молодых легких. Это всегда осложняет течение простудных заболеваний. Со временем у юного курильщика даже при небольшой нагрузке начнет изменяться тембр голоса, появится одышка, постоянный надрывной кашель. У более старших курильщиков дыхательная система страдает еще больше в силу возрастных изменений и растущего стажа курения.

Начнет страдать и внешность от регулярного курения: угри и прыщи, лоснящаяся кожа. Часто именно эти признаки могут выдать юного любителя сигарет. Несмотря на весь вред, оказываемый курением на организм, дети в этом вопросе не отличаются особой грамотностью. Обычно они даже не подозревают и не думают о том, что курение – это не просто развлечение, модное среди сверстников, а самая настоящая пагубная зависимость, которая со временем разрушает организм.

Вот только некоторые пагубные последствия «электронки», особенно для подростков:

1. Никотин, потребляемый с «электронкой» в неограниченных количествах, сильно перестраивает метаболизм человека. В связи с этим развивается стойкая зависимость.
2. Те, кто заполучил тягу к никотину еще в детском или подростковом возрасте, избавляются от нее в дальнейшем с большим трудом. Люди, которые начали курить

достаточно поздно, легче отказываются от губительного пристрастия.

3. Пары пропиленгликоля и глицерина негативно сказываются на работе внутренних органов. Они не так токсичны, как табачный дым, однако тоже засоряют бронхолегочную систему.

4. Ароматизаторы, которые зачастую содержатся в масляных заправках для электронных сигарет, при злоупотреблении провоцируют аллергические реакции.

5. Мнимая польза от электронного прибора скорее является психологически выработанной реакцией, но не реальностью.

Берегите себя и своё здоровье, не поддавайтесь на красивую пропаганду страшной зависимости!