**ПАМЯТКА! Осторожно, электронные сигареты!**

Чем опасны электронные сигареты? Основная опасность – это мифы, связанные с электронными сигаретами – поддерживаемые …табачными компаниями.

«Безопасные и безвредные», «эффективные и крутые»… ЭТО МИФЫ!

***Они безопасны, я могу их курить вместо обычных сигарет!***

Безопасны?

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

Во-вторых, Вы никогда не можете быть уверены в том, чем Вы травитесь, всасывая в себя аэрозоли электронных сигарет. Нет регулирования и контроля состава электронных сигарет; заявленное на маркировке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с их фактическим содержанием.

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.

***Они безвредны для окружения, я могу их курить, там, где курить нельзя…***

Во-первых, пары, выпускаемые электронными сигаретами – небезвредны для окружающих Вас людей…

Содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет, делает их также опасными для окружающих, в том числе для беременных женщин и их будущего потомства, 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, хотя бы потому, что 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».

***Они помогут мне бросить курить…и они «круче», чем любая терапия…***

Не надейтесь! Нет никаких фактов, доказывающих эффективность применения электронных сигарет как средства лечения табачной зависимости.

Наоборот! Серьезные международные исследования показывают, что применение электронных сигарет не помогает курильщикам отказаться от потребления табака.

И помните!

* Электронные сигареты сами вызывают и поддерживают никотиновую зависимость, не меньше, а порой и быстрее, 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.

**Берегите детей!**

Дети – попадаются первыми! Доказано, что одна треть подростков попробовавших электронные сигареты, прежде никогда не курили. Попробовав электронные сигареты из любопытства, они быстро становятся стойкими потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий, так называемыми «двойными» курильщиками. А это как раз то, к чему стремятся табачные компании…

Кому это выгодно?

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

Реклама и продвижение электронных сигарет активно поддерживается табачной индустрией, многие табачные компании сами владеют производствами электронных сигарет. Потому что они знают: пока будут разрешены электронные сигареты, и пока новые курильщики будут их «пробовать», никогда не иссякнут ряды потребителей их табачной продукции…

Хорошо, что у нас есть закон ( ФЗ №15), защищающий нас от электронных сигарет, наряду с табачными изделиями, включая их рекламу и продвижение, в котором прописано запрещение продажи электронных сигарет лицам, не достигшим 18 лет.

 В Госдуму [внесен законопроект](http://asozd2.duma.gov.ru/addwork/scans.nsf/ID/E1849E9EA25B4E8E43257FA3003471F9/%24File/1058131-6_28042016_1058131-6.PDF?OpenElement) о запрете курения "электронных сигарет" в общественных местах и их продажу несовершеннолетним.

Авторами выступила группа сенаторов, в числе которых председатель комитета Совета Федерации по социальной политике Валерий Рязанский.

[Ученые: Курение во время беременности меняет ДНК ребенка](https://rg.ru/2016/04/01/uchenye-kurenie-vo-vremia-beremennosti-meniaet-dnk-rebenka.html)

Среди прочего предлагается запрет на их использование в образовательных и медицинских организациях, в учреждениях культуры, на спортивных площадках, а также в самолетах и на всех видах общественного транспорта, на детских площадках, на рабочих местах. Предлагается также запретить продажу с использованием специализированных автоматов.

Ограничить сенаторы хотят и рекламу "электронных сигарет". На их упаковке не должно быть указаний, что это лекарственное средство или утверждение о том, что их использование позволяет отказаться от потребления табака.

Авторы считают, что использование "электронных сигарет" как с никотиносодержащей, так и с безникотиновой жидкостью, может косвенно повлиять на формирование привычки потребления сигарет, так как это устройство имитирует процесс курения.

[Курение назвали причиной потери зрения](https://rg.ru/2016/04/11/kurenie-nazvali-odnoj-iz-prichin-poteri-zreniia.html)

Валерий Рязанский не в первый раз критикует "электронные сигареты". Так, в прошлом году он уведомил журналистов о том, что в Совете федерации склоняются к полному изъятию их из продажи, как ранее сделали с алкогольными энергетиками. Однако в итоге законопроект получился все же более мягким.

Сенаторы также говорили, что электронные сигареты "еще опаснее, чем обычные" - они показывают молодежи, что курить - это модно и стильно.

На сегодняшний день в России запрещена продажа электронных сигарет, напоминающих по форме и текстуре обычные сигареты.

В ряде государств ЕС запрещены или имеются серьезные ограничения на продажу "электронных сигарет", к примеру, в Италии, Канаде, Дании и некоторых других.