

Старшеклассник Сиплый Коля
Курит дома, курит в школе,
В магазине и в кино,
Курит много и давно.
Сиплым Колю дразнят в школе,
Потому что голос Коли
Не такой, как у ребят.
Люди так не говорят.
Колин голос изменился -
Он как будто подавился.
У Коли - глупого ребёнка
Не в порядке селезёнка,
Бронхи, сердце и печенька.
Ну, а лёгкие у Коли,
Как посыпанные солью,
Как обтянутые тиной,
Будто серой паутиной.
Побраните его, что ли.
Потому что этот Коля
Своему здоровью враг!
Угрожает Коле рак
Или атеросклероз -
Тоже не букет из роз:
Станут хрупкими сосуды
И замучают простуды,
И совсем ослабнет зрение -
Вот к чему ведет куренье.

**ЧТОБЫ ДОЛГО ЖИТЬ НА СВЕТЕ,
НЕ ТЯНИТЕСЬ К СИГАРЕТЕ!**



Библиотека обслуживает читателей
по адресу: г. Лермонтов, ул. Ленина, 20
с 11-00 до 18-00.

Выходной день: воскресенье;
летом—суббота, воскресенье.

Последний рабочий день месяца -
санитарный

тел.—8(87935)3-12-03

Адрес сайта - lerm-cbs.ru

Мы в соцсетях :

<https://vk.com/id290606730>;

<https://ok.ru/profile/572301700439>;

<https://vk.com/childlib26>;

[https://dzen.ru/media/
id/623b14fe9bd81c5326425sec](https://dzen.ru/media/id/623b14fe9bd81c5326425sec)

Муниципальное казённое учреждение
города Лермонтова
«Централизованная библиотечная система»

ДЕТСКАЯ БИБЛИОТЕКА «ЗНАЙКА»



**Скажем
вейпам нет**

**Просто брось!
Брось просто!**

12+

город Лермонтов, 2023

ВРЕД ВЕЙПА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ДОКАЗАН!

Производители электронных устройств уверяют, что внутри безвредное вещество, чуть ли не чистый водяной пар. Всемирная организация здравоохранения сообщает, что «аэрозоль» не является всего лишь «водяным паром». Установлено, что основными компонентами раствора, помимо никотина, являются пропиленгликоль, глицерин, ароматизирующие вещества, формальдегид и другие, вызывающие рак, вещества.

ВЕЙПЫ ИНОГДА ВЗРЫВАЮТСЯ!

Были случаи, когда вейп взрывался во рту курящего. Однажды в детскую больницу доставили 17-летнего школьника, у него вместо рта было кровавое месиво. Рванувший вейп разворотил мальчику челюсти, зубы, губы. Хирурги еле спасли жизнь подростку, и это парню ещё повезло: у другой жертвы вейпа в результате затяжки электронной сигареты взрывом оторвало язык.

ВЫЗЫВАЮТ АЛЛЕРГИЮ

Природный табачный никотин в вейпах заменён на химический, а это ещё вреднее. Например, сульфат никотина, который раньше использовали в качестве пестицидов для уничтожения насекомых, а потом и вовсе запретили из-за их высокой токсичности. А люди, получается, затягиваются аналогами пестицидов!

ВРЕДЯТ ОРГАНИЗМУ НА КЛЕТОЧНОМ УРОВНЕ!

Все ароматизаторы, которыми «набивают» электронные гаджеты, проникают в лёгкие человека и влияют на них на самом глубоком, клеточном, уровне. Чем дольше в лёгких задерживается пар от вейпов, тем тяжелее становится вред.

ДОЗИРОВКА НИКОТИНА И ДОБАВОК НЕИЗВЕСТНА!

По причине отсутствия строгого контроля узнать дозировку тех или иных веществ почти нереально. Даже если на упаковке написано, что это устройство с низким содержанием никотина, никто это проверить толком не сможет.

РИСК СТАТЬ «КУРИЛЬЩИКОМ В КВАДРАТЕ»!

Электронные сигареты часто используют как способ отказа от обычных сигарет. Однако это просто иллюзия. Вейпы сами вызывают никотиновую зависимость, хоть и не в таких объёмах, как табачные изделия. Учёные подсчитали: любители вейпов почти вдвое повышают вероятность столкнуться с инфарктом, а люди, использующие и электронные, и обычные сигареты, увеличивают этот риск **в 5 раз!**

ВЫРАБАТЫВАЮТ ТОКСИЧНЫЕ ВЕЩЕСТВА!

Основу жидкости в вейпах составляют пропиленгликоль и глицерин. Во время их нагревания высвобождаются токсичные вещества – акролеин и формальдегид. Первый раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывая слезотечение и кашель. Второй – оказывает негативное действие на нервную систему.

ЖИДКОСТЬ ОСЕДАЕТ НА ЛЁГКИХ!

Чем выше у вейпа температура испарения, тем больше мелкодисперсной жидкости оседает на лёгких. А вместе с ней и формальдегид.

ДЕТИ ГЛОТАЮТ ПАР С НИКОТИНОМ!

Что бы ни утверждали курильщики вейпов, но никотин, выдыхаемый вместе с паром так же вреден, как и из обычных сигарет. Дети, постоянно вдыхающие пар от вейпов, так же подвержены воздействию никотина, как если бы рядом курили обычные сигареты. У таких детей также выше риск развития сердечнососудистых заболеваний.

У ПОДРОСТКОВ ВЫШЕ РИСК АСТМЫ!

Многие подростки, считая, что электронные сигареты безопаснее, чем обычные, курят их бесконечно. Из-за чего повышается риск развития болезней лёгких, включая астму. За последнее время резко возросло количество больничных, которые курильщики вейпов брали в школе по причине проблем с бронхами и лёгкими.

СМЕРТЕЛЬНАЯ ОПАСНОСТЬ ВЕЙПА

Учёные выяснили, что пар от электронных сигарет способствует повреждению ДНК, что может вызвать развитие раковых заболеваний. Исследователи пришли к выводу, что риск онкологических заболеваний у вейперов выше, чем у некурящих людей.

НА ВАС ПРОСТО ЗАРАБАТЫВАЮТ!

На курильщиках вейпов просто зарабатывают, убивая их здоровье. Настоятельно рекомендуем отказаться от вредных привычек, это поможет вам не только избавиться от негативных последствий влияния на организм, но и сэкономит бюджет. А ведь эти деньги можно потратить на что-то более приятное и полезное для вас.



Откажись от электронных сигарет уже сегодня! Береги себя и окружающих!