

# ФАКТИ ПРО ВЕЙПІНГ

Електронні сигарети чи е-сигарети, на які часто кажуть «вейпи» – це електронні пристрої, завдяки яким рідина у вигляді пари попадає в легені. Існує багато різних стилів вейпів, і їх інколи важко помітити.

Основний інгредієнт у вейпах - це пропіленгліколь, рослинний гліцерин або гліцерин, і вони часто містять нікотин, ароматизатори та інші хімічні речовини. Вейпи можуть містити шкідливі хімічні речовини, які не вказані на упаковці.

Найбільше непорозуміння щодо вейпів полягає в тому, що вони наче нешкідливі у порівнянні з сигаретами. Це - неправда. **Вейпи не є безпечні.**

## ЧИ ВИ ЗНАЄТЕ, ЩО САМЕ ВОНИ ВДИХАЮТЬ В ПАРІ З СВОЇХ ЕЛЕКТРОННИХ СИГАРЕТ?



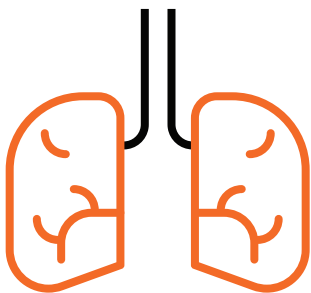
Багато вейпів містять нікотин, через це вони викликають **сильну залежність**



Нікотин в одному вейпі може **дорівнювати 50 сигаретам**



Молодь, яка користується вейпами, у **3 рази** більш схильна почати курити



Вейпінг пов'язують із **серйозною хворобою легень**



Вейпи можуть містити ті самі **шкідливі хімічні речовини**, що і засоби для чищення, рідина для зняття лаку, гербіциди та засоби від комах



Є різні дизайни та стилі вейпів, і їх можна **легко приховати**



Чи ви знаєте, що саме вони вдихають в парі з своїх електронних сигарет?

Дізнайтеся дані\* та факти на [health.nsw.gov.au/vaping](http://health.nsw.gov.au/vaping)

\*Усі твердження ґрунтуються на даних, які можна знайти на вебсайті.

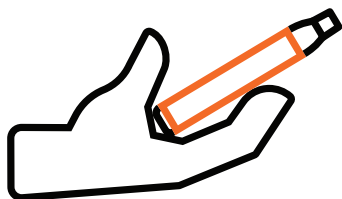


## ВЕЙПИ Є ПРИВАБЛИВІ ДЛЯ МОЛОДІ

Аромати (як-от кавун, виноград, карамель, жуйка, ваніль і м'ята) та яскраві упаковки вейпів роблять їх привабливими для молоді.

**Багато вейпів містять нікотин, від якого у молоді швидко може виробитися залежність.**

Тютюнові компанії весь час шукають нових клієнтів. Вейпи – це новий спосіб виробити у молоді залежність від нікотину, від якої часто важко позбавитися.

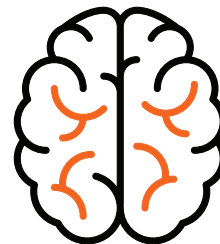


## НАСКІЛЬКИ ЗНАЧНА ЦЯ ПРОБЛЕМА?

Все більше молоді обирає вейпінг. Згідно досліджень, **1 з 5 молодих людей вживали вейп**, а майже **80% з них кажуть, що можна легко нелегально придбати вейп** у магазині чи онлайн.

Згідно нещодавнього опитування, 64% вчителів доповіли, що їм було відомо про продаж вейпів у школі. Зараз починає з'являтися інформація про наслідки вейпінгу, і те, що молоді обирає вейпінг, викликає занепокоєння.

## НІКОТИН Є ШКІДЛИВИМ ДЛЯ МОЛОДІ



Нікотин – це наркотик, що часто зустрічається у вейпах, і молодий мозок надзвичайно легко стає від нього залежним.

**Він може мати довготривалий негативний вплив на розвиток мозку.**

Нікотин змінює те, як формуються мозкові синапси у молодих людях.

Наслідки можуть бути такими як: порушення уваги, навчання, пам'яті, та зміни настрою.

## РИЗИКИ ФІЗИЧНОГО ТА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я

Вейпи можуть піддати молоді дії хімічних речовин і токсинів таких рівнів, які потенційно можуть негативно вплинути на їхнє здоров'я. **Через вейпи молода людина більше ризикує мати депресію та тривогу.** Вейпінг також пов'язують із серйозною хворобою легеней. Важливо відзначити, що багато шкідливих наслідків вейпінгу все ще невідомі. Рідина у вейпах і пара – це не вода. Вейпи можуть піддати молоді дії наступних речовин:

- тих же шкідливих хімічних речовин, що містяться і в засобах для чищення, рідині для зняття лаку, гербіцидах та засобах від комах.
- токсинів, як-от формальдегіду та важких металів.
- ультрадисперсних частинок, які можна вдихнути глибоко в легені.
- ароматизуючих хімічних речовин, напр., діацетилу (це хімічна речовина, яку пов'язують із серйозною хворобою легеней).

Відомо навіть про випадки, коли вейпи вибухали і спричиняли серйозні опіки.



Чи ви знаєте, що саме вони вдихають в парі з своїх електронних сигарет?

Дізнайтеся дані\* та факти на [health.nsw.gov.au/vaping](https://health.nsw.gov.au/vaping)

\*Усі твердження ґрунтуються на даних, які можна знайти на вебсайті.



## ПРОДАЖ ВЕЙПІВ МОЛОДІ ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ЗАКОНОДАВСТВОМ

**Незаконно продавати будь-які вейпи особам, які не досягли 18 років.** Багато молодих людей купують вейпи у школі в друзів та через контакти у соціальних мережах.

Незаконно продавати нікотинові вейпи будь-якій особі, окрім випадків, коли лікар виписав на це рецепт особі, якій вже виповнилося 18 років, з метою відмови від куріння, та коли такий вейп придбано за рецептом в аптеці.

Існує низка торгівців, які продають вейпи молоді. Це – злочин.

Якщо ви підозрюєте, що хтось продає вейпи неповнолітнім, ви можете надати звіт до NSW Health через їхній вебсайт або зателефонувавши до Tobacco Information Line за номером 1800 357 412.



## ЧИ ВАША ДИТИНА ПАЛИТЬ ВЕЙП?



Ви можете не знати, що ваша дитина палить вейп, оскільки вейпи невеликі і схожі на повсякденні речі, як-от виділювачі тексту, ручки та USB-носії. Також нелегко відчуті їхній запах.

Характерними **ознаками того, що ваша дитина, можливо, палить вейп, є симптоми нікотинової залежності, як-от** те, що ваша дитина роздратована або стривожена. Якщо ваша дитина палить вейп, спробуйте заохотити її кинути це, дайте їй знати, що для цього існує допомога, і що ви дбаєте про неї. Інколи може бути важко кинути палити вейп, і вашій дитині може знадобитися порада від сімейного лікаря (GP).

Також буде добре, якщо ви подаватимете гарний приклад, не курячи тютюнові вироби і не палячи вейп.

## ОМАНЛИВЕ ТА НЕБЕЗПЕЧНЕ МАРКУВАННЯ

Товари для вейпінгу часто не мають етикеток або мають неправильне маркування.

Етикетки можуть містити твердження, що вейпи не **містять нікотину, однак багато із цих продуктів містять нікотин і багато інших хімічних речовин.**

Цього просто не вказано на упаковці.



## ВАЖЛИВО ГОВОРИТИ ЗІ СВОЄЮ ДИТИНОЮ



Якщо ви підозрюєте, що ваша дитина палить вейп, знайдіть час, щоб поговорити з нею про це та допомогти їй зрозуміти усі ризики.

Оскільки вейпінг доволі розповсюджений у школах, ваша дитина може думати, що це нормально або безпечно, але це не так.

**Важливо, щоб ви дали знати своїй дитині про ризики вейпінгу.**

Спробуйте завести невимушену розмову зі своєю дитиною, можливо, скористайтеся доречною підказкою, напр., повідомленням зі школи або статтею у газеті, чи коли ви побачите когось, хто палить вейп на вулиці. Майте факти напоготові.



Чи ви знаєте, що саме вони вдихають в парі з своїх електронних сигарет?

Дізнайтеся дані\* та факти на [health.nsw.gov.au/vaping](https://health.nsw.gov.au/vaping)

\*Усі твердження ґрунтуються на даних, які можна знайти на вебсайті.

