

Риски для здоровья подростков и пути их решения. Подросток и вредные привычки

Безусловно, выбор остаётся всегда за человеком – курить или нет, дружить или нет, употреблять психоактивные вещества или вести здоровый образ жизни. Но каждый человек должен владеть информацией о различных последствиях, отрицательных проявлениях вредных привычек, иметь своё собственное отношение к социальным явлениям, таким как алкоголизм, наркомания, табакокурение.

Начиная пробовать курить, подростки стремятся быть продвинутыми, взрослыми, казаться интересными и успешными. Когда большинство друзей подростка курит, ему хочется быть с ними, так как они часто уходят покурить и поговорить, а подросток чувствует себя одиноким. Так он приобщается к курению тоже.

Остановимся подробнее на таких явлениях, как вейпинг и сниффинг.

Вредны ли электронные сигареты? В вейпах табака нет, за пар отвечает гликоль, глицерин и пропиленгликоль, которые доказали свою безопасность при приёме внутрь, но при вдыхании паров они очень вредны. То, что можно есть, не всегда можно вдыхать. Жидкости для вейпов также содержат токсичные вещества, каждое из которых опасно по-своему. Например, фенолы раздражают глаза, кожу, слизистые. Формальдегид вызывает рак, а свинец негативно влияет на нервную и сердечно-сосудистые системы. Общее использование одного вейпа может привести к передаче инфекционных заболеваний, таких как гепатит и туберкулез. Курение вейпов вызывает психологическую зависимость.

10 причин отказаться от использования вейпов:

- Вред вейпа для здоровья доказан учёными
- Вейпы иногда взрываются
- Вейпы вызывают аллергию
- Вредят организму на клеточном уровне
- За вейпами отсутствуют контроль. Производителей тоже никто не контролирует, и нет единых правил.
- Дозировка никотина и добавок неизвестна. Даже если на упаковке написано, что это устройство с низким содержанием никотина, никто это не проверяет.
- Риск стать «Курильщиком в квадрате». Электронные сигареты часто используют как способ отказаться от обычных сигарет. Это миф. Во-первых, вейпы вызывают сами никотиновую зависимость. Во-вторых, люди, у которых не получается бросить курить обычные сигареты, часто курят и обычные и электронные сигареты.
- Угроза пассивного курения
- С помощью электронных сигарет люди всё равно не бросают курить
- Используя вейпы, люди становятся жертвами маркетинга. На курильщиков вейпа просто зарабатывают деньги. В 2030 году продажи, по прогнозам, могут возрасти в 17 раз.

5 признаков, что ваш ребёнок парит вейп:

- **странный резкий запах** в комнате или от одежды ребёнка

–**жирные пятна на одежде.** Заправка для электронных сигарет достаточно вязкая и маслянистая, это объясняется соединениями всех её составляющих компонентов. Поэтому, если вы заметили на одежде ребёнка жирные пятна со странным запахом-спросите его об этом

–**постоянная зарядка аккумуляторов.** Электронные сигареты работают от батарей: встроенных или съёмных. Если в вашем доме появилось новое зарядное устройство для таких аккумуляторов, это повод задуматься о вейпах.

–**Новая терминология в словаре ребёнка**

«Электронка», «Жижки», «Заправка»

–**Просьбы о дополнительных карманных деньгах. Расходники для вейпов стоят дорого.**

Одной из форма токсикомании является **сниффинг**, при котором состояние токсического опьянения достигается в результате вдыхания паров химических соединений используемого в бытовых приборах газа, летучих веществ, которые имеют свободное обращение в гражданском обороте (клей, газ из зажигалки, дезодоранты, освежители воздуха, очистительные жидкости и т.д.).

Наибольшая опасность этих летучих наркотических веществ заключается в том, что они, минуя желудочно-кишечный тракт и печень, где могли бы частично нейтрализоваться, сразу попадают через легкие в кровь и поступают в головной мозг, поэтому опьянение наступает быстрее, чем в случае приёма алкоголя.

Признаки, что ваш ребёнок употребляет токсические вещества:

1. Ощущается запах вещества от одежды и волос ребенка.
2. Надо обратить внимание на цвет лица: если оно красное, горячее, отёчное, то вполне возможно, что ребенок мог надыхаться токсическими веществами.
3. После употребления того или иного наркотического вещества у всех людей расширяются зрачки. После газа ребенок, как правило, ведет себя как пьяный, но запаха алкоголя вы не почувствуете.
4. Надо обращать внимание на психическое состояние: если ребенок перевозбужден или ведёт себя агрессивно, или же наоборот появилась вялость и апатия – это тоже может быть признаком употребления психоактивных веществ. После интоксикации у ребёнка может возникнуть охриплость голоса, слабость, тошнота, рвота, головокружение, вплоть до потери сознания.