



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО  
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК

2024  
ГОД СЕМЬИ

# ВЕЙПЫ: ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ





ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО  
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК

2024  
ГОД СЕМЬИ

В составе для вейпов основными веществами являются:

**ПРОПИЛЕНГЛИКОЛЬ И ГЛИЦЕРИН.**

При нагревании они образуют:







ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО  
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК

2024  
ГОД СЕМЬИ

Еще одни вещества в составе  
жидкости для вейпа —  
**ЗАГУСТИТЕЛИ.**

Именно они стали причиной нового  
заболевания — **EVALI**  
(поражение легких, связанное с  
потреблением вейпов и  
электронных сигарет).

Впервые о **EVALI** заговорили в 2019 году,  
когда в США случилась вспышка болезни,  
похожей на тяжелую пневмонию.

Пострадало около **2500 человек, 68** из  
них **погибли**. Средний возраст  
пострадавших не превышал **20 лет**.

У всех пострадавших наблюдался  
**кашель, одышка, усталость**, а в  
некоторых случаях — **рвота и диарея**, и  
быстро развивающаяся **острая или  
подострая дыхательная  
недостаточность**.





ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО  
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК

2024  
ГОД СЕМЬИ

Значительное влияние на организм  
оказывает также -  
**АРОМАТИЗАТОР ДИАЦЕТИЛ.**

Его добавляют в состав жидкости для приятного  
запаха и вкуса.

Обычно его используют при приготовлении  
попкорна.

При поступлении в организм с едой этот  
ароматизатор безопасен.

**НО ПРИ ВДЫХАНИИ ОН  
ПРИВОДИТ К БОЛЕЗНИ ЛЕГКИХ**  
(ее также называют  
«попкорновая болезнь»).



Также разрушительно для тканей  
легких действуют и другие  
**АРОМАТИЗАТОРЫ, ПРИДАЮЩИЕ  
АЭРОЗОЛЯМ ВКУС ШОКОЛАДА,  
ФРУКТОВ ИЛИ ЯГОД.**

Кроме того, ароматизаторы делают  
вейпы привлекательными для  
подростков и молодежи.







ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО  
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК

**2024**  
ГОД СЕМЬИ

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВЕЙПОВ НЕГАТИВНО  
ВЛИЯЕТ НА ИММУНИТЕТ**, что способствует  
заражению другими заболеваниями, в  
частности COVID-19.

Не стоит забывать, что **ВЕЙПЫ  
РАБОТАЮТ НА БАТАРЕЯХ**.  
Это также может иметь печальные  
последствия.

Уже зафиксировано несколько  
случаев, когда вейперы  
пострадали и даже погибли из-за  
**ВЗРЫВА ЭЛЕКТРОННОЙ  
СИГАРЕТЫ**.





ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



## КАКИЕ ЕЩЕ БОЛЕЗНИ ВЫЗЫВАЕТ КУРЕНИЕ?

**ЕЖЕГОДНО ОТ КУРЕНИЯ ВО ВСЕМ МИРЕ  
УМИРАЕТ 7 МИЛЛИОНОВ ЧЕЛОВЕК.**

### **КУРЕНИЕ ВЫЗЫВАЕТ:**

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, НАРУШЕНИЕ  
МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ, ХРОНИЧЕСКУЮ  
ОБСТРУКТИВНУЮ БОЛЕЗНЬ ЛЕГКИХ, ДИАБЕТ И ЦЕЛЫЙ РЯД  
ДРУГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

КУРИЛЬЩИКИ ПОДВЕРЖЕНЫ БОЛЕЕ ВЫСОКОМУ РИСКУ  
РАЗВИТИЯ ПНЕВМОНИИ, ТУБЕРКУЛЕЗА И ДРУГИХ ИНФЕКЦИЙ  
ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ.



#Ты  
СИЛЬНЕЕ  
МИНДРАВ  
УТВЕРЖДАЕТ.

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU







ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



**КАКИЕ ВИДЫ РАКА МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ?**  
**ИЗ 10 СЛУЧАЕВ РАКА ЛЕГКОГО- 9 ПАЦИЕНТОВ ЯВЛЯЮТСЯ**  
**КУРИЛЬЩИКАМИ.**  
У КУРИЛЬЩИКОВ ЗНАЧИТЕЛЬНО ЧАЩЕ РАЗВИВАЕТСЯ РАК:  
ПИЩЕВОДА, ГОРТАНИ, ГЛОТКИ, ПОЧЕК, МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ,  
ПЕЧЕНИ, ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ЖЕЛУДКА, ШЕЙКИ  
МАТКИ, ТОЛСТОЙ И ПРЯМОЙ КИШКИ, А ТАКЖЕ ЛЕЙКОЗ.



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU





ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



## КАК БРОСИТЬ КУРИТЬ?

СУЩЕСТВУЮТ ОБЩИЕ СОВЕТЫ  
КАК ОТКАЗАТЬСЯ ОТ КУРЕНИЯ:

### ✓ ПОПРОБУЙТЕ НИКОТИНОВУЮ ЗАМЕСТИТЕЛЬНУЮ ТЕРАПИЮ

(НАПРИМЕР: СПЕЦИАЛЬНЫЕ АЭРОЗОЛИ ИЛИ  
ИНГАЛЯТОРЫ, НИКОТИНОВЫЕ ПЛАСТЫРИ,  
ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗИНКА ИЛИ ЛЕДЕНЦЫ)

### ✓ ИЗБЕГАЙТЕ ТРИГГЕРОВ

(ТЯГА К ТАБАКУ БУДЕТ НАИБОЛЕЕ СИЛЬНОЙ В  
СИТУАЦИЯХ, КОГДА ВЫ КУРИЛИ ДО ЭТОГО:  
НАПРИМЕР В БАРАХ, ИЛИ КОГДА ВЫ  
ЧУВСТВУЕТЕ СТРЕСС ИЛИ ПЬЕТЕ КОФЕ)

### ✓ ГОНИТЕ ОТ СЕБЯ МЫСЛИ О ТОЛЬКО ОДНОЙ СИГАРЕТЕ

(МОЖЕТ ВОЗНИКНУТЬ СОБЛАЗН ВЫКУРИТЬ  
ВСЕГО ОДНУ СИГАРЕТУ, НЕ ОБМАНЫВАЙТЕ  
СЕБЯ, ПОЛАГАЯ, ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ  
ОСТАНОВИТЬСЯ НА ЭТОМ)

### ✓ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

(ДАЖЕ НЕБОЛЬШАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ  
АКТИВНОСТЬ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ОТВЛЕЧЬСЯ  
ОТ ТЯГИ К ТАБАКУ И СНИЗИТЬ ЕЕ  
ИНТЕНСИВНОСТЬ)

### ✓ ПРАКТИКУЙТЕ ТЕХНИКИ РЕЛАКСАЦИИ

(ГЛУБОКОЕ ДЫХАНИЕ, РАССЛАБЛЕНИЕ  
МЫШЦ, ЙОГА, ВИЗУАЛИЗАЦИЯ, МАССАЖ  
ИЛИ ПРОСЛУШИВАНИЕ МУЗЫКИ.)

### ✓ НАПОМНИТЕ СЕБЕ О ПРЕИМУЩЕСТВАХ

(ЗАПИШИТЕ ИЛИ ПРОИЗНЕСИТЕ ВСЛУХ  
ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ВЫ ХОТИТЕ  
БРОСИТЬ КУРИТЬ И ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ТЯГИ К  
ТАБАКУ.)



### ✓ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

(ОБРАТИТЕСЬ К ЧЛЕНУ СЕМЬИ, ДРУГУ ИЛИ  
СПЕЦИАЛИСТУ ЗА ПОМОЩЬЮ В ВАШИХ УСИЛИЯХ  
ПРОТИВОСТОЯТЬ ПРИСТРАСТИЮ К ТАБАКУ.)







ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



**ЕСЛИ КУРИТЬ РЕДКО, РИСК ЗАБОЛЕТЬ  
РАКОМ УМЕНЬШИТСЯ?**

**БЕЗОПАСНОГО РЕЖИМА КУРЕНИЯ НЕ  
СУЩЕСТВУЕТ.**

КУРЕНИЕ ХОТЯ БЫ ОДНОЙ СИГАРЕТЫ В ДЕНЬ НА  
ПРОТЯЖЕНИИ ВСЕЙ ЖИЗНИ МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ  
ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ПРИВЕСТИ К  
ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЙ СМЕРТИ.



**#Ты  
СИЛЬНЕЕ**  
МИНИСТРА  
УТВЕРЖДАЕТ.

8 800 200 0 200  
[TAKZDOROVO.RU](http://TAKZDOROVO.RU)

