

СПОРТ

ГИГИЕНА

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



ОТКАЗ ОТ
ВРЕДНЫХ
ПРИВЫЧЕК

ПРАВИЛЬНОЕ
ПИТАНИЕ

ГДЕ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ
ПОМОЩЬ

Детский телефон доверия

88002000122

«Здоровье- это бесценный дар природы, оно даётся увы, не навечно, его нужно беречь. И во многом оно зависит от самого человека, от его образа жизни, условий труда, питания и привычек!»

«В молодости так укрепи здоровье, чтобы бросок в старость оказался дальним»

«Парить- не модно!»

«Модно быть здоровым»



МБОУ Таксимовская СОШ №3
Забелина Татьяна-7 «Б»
Гордеева Кристина-7»Б»
Викторов Леонид- 7»Б»
2024г.

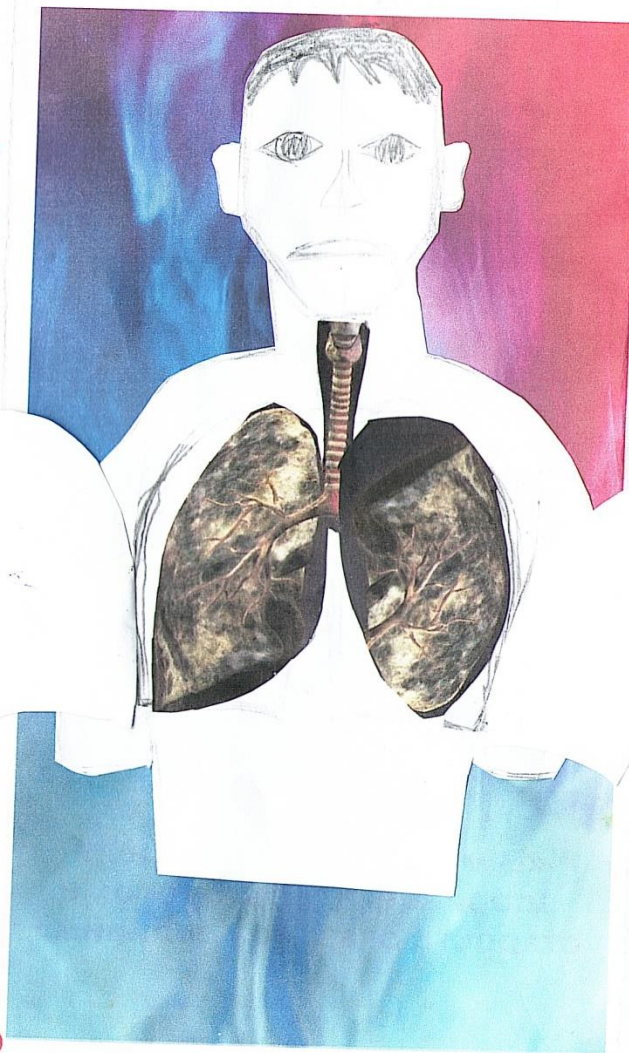
Что вдыхают вейперы?

(металлы, соли,

никотин, ароматизаторы)

В состав жидкостей вейп-систем входит пропиленгликоль, глицерин, никотин, диэтил, ароматические добавки, а при вдыхании пара в организм попадают ионы тяжёлых металлов — олово, никель и др. Пагубное влияние курение вейпа в первую очередь, оказывает на эндокринную систему:

- пентабромдифениловые эфиры, отвечающие за то, чтобы устройство не нагревалось, нарушает выработку гормонов щитовидной железы, которые регулируют работу сердца и мозга!!!! Производители электронных сигарет забывают упомянуть и о том, что никотин вызывает мутации клеток, и в следующих поколениях эти мутации только возрастают. Кроме того, никотин способствует сужению кровеносных сосудов. Из-за этого начинается кислородное голодание головного мозга и других органов. Сосуды под действием никотина постепенно истончаются, теряют эластичность — а это приводит к инсульту, заболеваниям сердца (инфаркт миокарда, почек, развивается атеросклероз сосудов нижних конечностей (приводит к гангрене нижних конечностей и ампутации))



Возможные последствия парения

— передозировка никотина со всеми вытекающими «прелестями» — головокружением, головной болью, тошнотой, повышенным слюноотделением, болью в животе, диареей и выраженной общей слабостью. Произведённая не так давно экспертиза жидкости выявила незаявленные в составе вредные примеси, например, нитросамин — вещество, способное спровоцировать онкологические заболевания.

Будь честен с самим собой и спроси разве нужно быть учёным, чтобы в простую вещь — ежедневное вдыхание химических соединений, о которых вы даже не подозреваете, очень опасно и наносит серьёзный вред неокрепшему молодому организму подростка.

**Сделай правильный выбор
в пользу своего здоровья!!!!**

Береги себя!!!!