

CO ZROBIĆ ABY UCHRONIĆ DZIECI PRZED UŻYWANIEM E-PAPIEROSÓW?

- Daj dobry przykład. Jeśli palisz, nigdy nie jest za późno na rzucenie palenia.
- Porozmawiaj ze swoim dzieckiem lub nastolatkiem o tym, dlaczego e-papierosy są dla nich szkodliwe. Nigdy nie jest za późno na pierwszy krok.
- Poinformuj dziecko, jaki jest twój stosunek do wszystkich wyrobów tytoniowych. Wyraż zdecydowany sprzeciw dla stosowania takich produktów, uzasadniając dlaczego nie są one bezpieczne.
- Porozmawiaj z nauczycielami na temat egzekwowania zakazu palenia tytoniu na terenie szkoły oraz odnośnie szkolnego programu zapobiegania paleniu tytoniu.



Nikotyna silnie uzależnia!

Mózg nastolatków i młodych dorosłych jest szczególnie wrażliwy na szkodliwe działanie nikotyny.



Drodzy Rodzice, Opiekunowie, Nauczyciele!

Używanie e-papierosów nie jest bezpieczne dla dzieci, młodzieży i młodych dorosłych. Większość e-papierosów zawiera nikotynę. Nikotyna silnie uzależnia i może szkodzić rozwojowi mózgu u nastolatków i młodych dorosłych. Mózg nastolatków jest szczególnie wrażliwy na uzależniające działanie nikotyny. Używanie nikotyny w okresie dojrzewania może zaszkodzić tym częściom mózgu, które są odpowiedzialne za uwagę, uczenie się, nastrój i kontrolę impulsów. E-papierosy mogą zawierać inne szkodliwe substancje oprócz nikotyny, które szkodliwie wpływają na układ oddechowy i krążenia. Młodzi ludzie, którzy używają e-papierosów, mogą częściej palić papierosy w przyszłości.



Główny Inspektorat
Sanitarny