

**НЕТ НИКАКИХ ФАКТОВ, ДОКАЗЫВАЮЩИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ КАК СРЕДСТВА ЛЕЧЕНИЯ ТАБАЧНОЙ ЗАВИСИМОСТИ** (напротив, серьезные международные исследования показывают, что применение электронных сигарет не помогает курильщикам отказаться от табака).

**КУРИТЬ ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ В МЕСТАХ, ЗАПРЕЩЕННЫХ ДЛЯ КУРЕНИЯ, НЕЛЬЗЯ, ТАК КАК ПОТРЕБЛЕНИЕ ВСЕГО, ЧТО ИМИТИРУЕТ КУРЕНИЕ, В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ ЗАПРЕЩЕНО** (согласно Федеральному закону №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»).

### Электронная сигарета



Никотин  
Формальдегид  
Ацетилацетон  
Нитрозамины  
Диацетил  
Свинец  
Никель  
Хром  
Цинк  
(e-сигареты до конца не исследованы)

### Содержание канцерогенов и токсинов

### Обычная сигарета



Никотин  
Формальдегид  
Ацетальдегид  
Моноксид углерода  
Ароматические амины  
Синильная кислота  
Оксид азота  
Бутадиен  
Метанол  
Бензол  
+ более 200 ядовитых соединений

**ПОМНИТЕ!**  
**Безвредного табака НЕТ!**

Если у Вас,  
Ваших друзей или родных  
возникли проблемы, обращайтесь:  
**ГАУЗ АО «АМУРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ  
НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»**

675007, Амурская область,  
г. Благовещенск, ул. Больничная, 32

Телефон регистратуры:

**8 (4162) 77-67-03**

Телефон доверия:

**8-909-810-555-4**

Телефон горячей линии (круглосуточно):

**8(4162) 77-67-07**

Сайт: [www.aond.ru](http://www.aond.ru)

E-mail: [mail@aond.ru](mailto:mail@aond.ru)



**ЛЮБУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ  
МОЖНО ПОЛУЧИТЬ  
АНОНИМНО!**



Тиражировано в рамках государственной программы «Развитие здравоохранения Амурской области на 2014-2025 годы», подпрограммы «Профилактика заболеваний и формирование здорового образа жизни. Развитие первичной медико-санитарной помощи». Министерство здравоохранения Амурской области. ГБУЗ АО «Амурский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики». г. Благовещенск, ул. Шимановского, 45, тел. 33-33-53.

[www.aocmp.ru](http://www.aocmp.ru)  [aocmp\\_blg](https://www.instagram.com/aocmp_blg)

Министерство здравоохранения Амурской области

ГАУЗ АО «Амурский областной  
наркологический диспансер»

**ВСЯ ПРАВДА  
ОБ ЭЛЕКТРОННЫХ  
СИГАРЕТАХ И КАЛЬЯНЕ**



БЛАГОВЕЩЕНСК, 2021

Курение кальяна

**ОПАСНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!**

### ДЫМ КАЛЬЯНА БОЛЕЕ ТОКСИЧЕН, ЧЕМ ДЫМ ОТ СИГАРЕТ

(вредные газы – это специальный табачный состав для кальянов; непосредственно влияет на близлежащие отделы дыхательной системы – глотку, трахею, бронхи).

### КУРЕНИЕ КАЛЬЯНА МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ РАЗВИТИЕ РАКА

(рак гортани, рак легкого).

### ПРОХОЖДЕНИЕ ДЫМА ЧЕРЕЗ ЖИДКОСТЬ НЕ УМЕНЬШАЕТ ЕГО ТОКСИЧНОСТЬ

(компоненты табачного дыма не растворяются в воде и попадают в легкие курильщика).

### КУРЕНИЕ КАЛЬЯНА ВЫЗЫВАЕТ НИКОТИНОВУЮ ЗАВИСИМОСТЬ

(исследования Всемирной организации здравоохранения подтвердили, что даже нерегулярное курение кальяна способно заставить некурящего человека потянуться к обычной сигарете!).

### СМЕНА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ МУНДШТУКОВ НЕ СПАСАЕТ ОТ ВОЗМОЖНОСТИ ЗАРАЖЕНИЯ ОСОБО ОПАСНЫМИ ИНФЕКЦИОННЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

(например: туберкулезом, гепатитом, герпесом).  
Табак из кальяна содержит в 7,5 раз больше никотина, чем в сигаретах. В организме курильщика кальяна в несколько раз превышено содержание серебра, бериллия, мышьяка, никеля, хрома, кобальта и свинца (все это приводит к отравлению организма, болезням сердечно-сосудистой системы и раковым заболеваниям).

Электронные сигареты  
**БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!**

**АЭРОЗОЛИ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ СОДЕРЖАТ ВЫСОКОТОКСИЧНЫЙ НИКОТИН И ДРУГИЕ ХИМИЧЕСКИЕ ТОКСИНЫ И КАНЦЕРОГЕНЫ** (карболовые соединения, тяжелые металлы).

**СОДЕРЖАЩИЙСЯ В ЖИДКОСТИ ДЛЯ ЗАПРАВКИ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ СУЛЬФАТ НИКОТИНА - МОЩНЫЙ НЕЙРОТОКСИН** (при попадании в организм через кожу или желудок способен вызвать тяжелые отравления вплоть до смертельного исхода)

**СОСТАВ ЖИДКОСТИ ДЛЯ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ НЕ РЕГУЛИРУЕТСЯ НИКАКИМИ СТАНДАРТАМИ** (заявленное на упаковке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с фактическим составом жидкости)

**ПАРЫ, ВЫПУСКАЕМЫЕ ЭЛЕКТРОННЫМИ СИГАРЕТАМИ, НЕБЕЗВРЕДНЫ ДЛЯ ОКРУЖАЮЩИХ** (содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет делает их очень опасными для окружающих).

