

خطرات سلامتی سیگارهای الکترونیکی برای نوجوانان و جوانان و کودکان:

سیگارهای الکترونیکی بسیار اعتیادآور، به ویژه برای نوجوانان و جوانان هستند و برای سلامتی مضر می باشند. سیگارهای الکترونیکی و مایعات سیگار الکترونیکی، حتی اگر برچسب "فاقد نیکوتین" داشته باشند، ممکن است حاوی نیکوتین باشند، در حالی که اثرات طولانی مدت سلامتی به طور کامل شناخته نشده است، اما ثابت شده است که آنها مواد سمی تولید می کنند. بسیاری از سیگارهای الکترونیکی حاوی مواد شیمیایی سرطان زا شناخته شده هستند و استنشاق آن ها خطر ابتلا به سرطان و برخی از بیماری های قلبی و ریوی را افزایش می دهند.

در کوتاه مدت، استفاده از سیگارهای الکترونیکی ممکن است باعث مشکلات تنفسی و سرفه شود. باتری های سیگار الکترونیکی معیوب باعث آتش سوزی و انفجارهایی شده است که کاربر را در معرض خطر آسیب جدی و سوختگی قرار می دهد.

استفاده از سیگارهای الکترونیکی میتواند بر رشد مغز تأثیر بگذارد و منجر به اختلالات یادگیری برای جوانان شود. قرار گرفتن در معرض نیکوتین در طول سالهای نوجوانی میتواند به رشد مغز آسیب برساند و خطر اعتیاد به مواد مخدر را در آینده افزایش دهد. جوانانی که از سیگارهای الکترونیکی استفاده می کنند ممکن است بیشتر از سیگارهای معمولی استفاده کنند.

قرار گرفتن جنین در معرض سیگارهای الکترونیکی میتواند بر رشد جنین در زنان باردار تأثیر منفی بگذارد. قرار گرفتن در معرض بخارات ناشی از سیگارهای الکترونیکی نیز خطراتی را برای اطرافیان به همراه دارد. مایعات الکترونیکی میتوانند کودکان و بزرگسالان را از طریق بلع یا تماس با پوست مسموم کنند. علائم مسمومیت با نیکوتین شامل تعریق سرگیجه استفراغ و افزایش ضربان قلب است. مایعات الکترونیکی همچنین در صورت استنشاق بلعیدن یا ریختن روی پوست میتوانند برای کودکان خرد سال خطرناک باشند. یک کودک خردسال ممکن است در اثر مقادیر بسیار کم نیکوتین بمیرد اثرات مسمومیت با نیکوتین میتواند خیلی سریع ظاهر شود. گزار شاتی حاکی از بلعیدن مایعات سیگارهای الکترونیکی و مرگ کودکان منتشر شده است. اگر فکر می کنید کودک شما ممکن است در معرض نیکوتین قرار گرفته باشد باید فوراً به دنبال مراقبتهای پزشکی باشید یا با امبولانس تماس بگیرید.

انجام اقدام فوری برای محافظت از کودکان در برابر سیگارهای الکترونیکی ضرورت دارد.

اقدامات فوری برای کنترل سیگارهای الکترونیکی برای محافظت از کودکان و همچنین افراد غیر سیگاری و به حداقل رساندن آسیبهای بهداشتی برای جمعیت مورد نیاز است. سیگارهای الکترونیکی به عنوان محصولات مصرفی برای ترک مصرف دخانیات در سطح جامعه موثر نیستند در عوض شواهد هشدار دهنده ای در مورد اثرات نامطلوب بر سلامت جمعیت پدیدار شده است.

سیگارهای الکترونیکی کودکان را از طریق فضای مجازی رسانه های اجتماعی و افراد تأثیر گذار با حداقل ۱۶۰۰۰ طعم مورد هدف قرار می دهند برخی از این محصولات از شخصیت های کارتون استفاده می کنند و دارای طراحی های شیکی هستند که برای نسل جوان جذابیت دارد کودکان ۱۳ تا ۱۵ ساله در تمام مناطق سازمان جهانی بهداشت با نرخی بالاتر از بزرگسالان از سیگارهای الکترونیکی استفاده میکنند در کانادا میزان استفاده از سیگار الکترونیکی در بین افراد ۱۶ تا ۱۹ ساله بین سالهای ۲۰۱۷ تا ۲۰۲۲ دو برابر شده است و در انگلستان تعداد کاربران جوان در سه سال گذشته سه برابر شده است. بر اساس شواهد رو به رشد استفاده از سیگارهای الکترونیکی توسط کودکان و نوجوانان و آسیب های سلامتی اقدامات فوری و قاطعانه برای جلوگیری از سیگارهای الکترونیکی و مقابله با اعتیاد به نیکوتین در کنار رویکرد جامع برای کنترل دخانیات و با توجه به شرایط ملی ضروری است.

توصیه هایی برای والدین

شما به عنوان والدین و مراقب نقش مهمی در محافظت از کودکان در برابر سیگارهای الکترونیکی دارید. بهترین راه برای محافظت از فرزندانتان این است که هرگز در خانه ماشین یا مکانهای دیگری که ممکن است کودکان در آن نزدیکی باشند سیگار نکشید قرار گرفتن غیر فعال در معرض بخار سیگار الکترونیکی برای کودکان و جوانان مضر است. در اکثر ایالتها و مناطق استرالیا استفاده از سیگارهای الکترونیکی در خودروهایی که کودکان زیر ۱۶ سال در آن حضور دارند، غیر قانونی است.

والدین باید در مورد مضرات سیگارهای الکترونیکی بیاموزند مهم است که با نوجوان خود در مورد خطرات سیگار الکترونیکی برای سلامتی صحبت کنید بسیاری از نوجوانان این تصور غلط را دارند که سیگارهای الکترونیکی بی خطر هستند دانستن اینکه دستگاههای مختلف چگونه به نظر میرسند و کلمات مختلفی که جوانان ممکن است برای توصیف استفاده از سیگارهای الکترونیکی استفاده کنند مفید است. این به شما کمک می کند تا در مورد سیگارهای الکترونیکی با نوجوان خود صحبت کنید در نهایت اگر از مصرف کنندگان سیگار الکترونیکی هستید، سیگارهای الکترونیکی و مایعات الکترونیکی را همیشه در دور از دسترس کودکان قرار دهید. والدین می توانند با استفاده نکردن از سیگارهای الکترونیکی به ویژه زمانی که کودکان در اطراف هستند، الگو باشند.

مواد موجود در سیگارهای الکترونیکی و آئروسول آنها

. نیکوتین یک ماده شیمیایی بسیار اعتیاد آور است که میتواند به رشد مغز نوجوان آسیب برساند.

. مواد شیمیایی سرطان زا

. فلزات سنگین مانند نیکل قلع و سرب

ذرات ریز که میتوانند به اعماق ریه ها استنشاق شوند.

. ترکیبات آلی فرار

. طعم دهنده هایی مانند دی، استیل یک ماده شیمیایی مرتبط با یک بیماری جدی ریوی برخی از طعم دهنده های مورد استفاده

در سیگارهای الکترونیکی ممکن است برای خوردن بی خطر باشند اما برای

استنشاق مناسب نیستند زیرا ریه ها مواد را متفاوت از روده پردازش می کنند.

دانستن اینکه سیگارهای الکترونیکی حاوی چه موادی هستند دشوار است به عنوان مثال برخی از سیگارهای الکترونیکی که به

عنوان حاوی صفر درصد نیکوتین به بازار عرضه میشوند حاوی نیکوتین هستند. بسیاری از سیگارهای الکترونیکی حاوی نمک

نیکوتین هستند. این موارد به افراد اجازه میدهد تا سطوح بالایی از نیکوتین را بدون تجربه سختی نیکوتین آزاد مصرف کنند.