

Çfarë duhet të dijnë prindërit dhe kujdestarët për

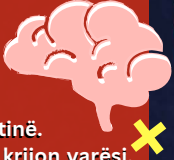
RREZIQET NGA NARGJILEJA

Të dhënat e mbledhura për ASH (Veprimi mbi Duhanin dhe Shëndetin) tregojnë një rritje të 11-17-vjeçarëve që eksperimentojnë me nargjilënë: nga 7.7% në 2022 në 11.6% në 2023. Është shqetësuese që këto produkte të kufizuara sipas moshës po hyjnë në duart e personave nën 18 vjeç, pasi shumica përmbajnë nikotinë, e cila mund të jetë e dëmshme për zhvillimin e trurit dhe të shkaktojë varësi afatgjatë. Disa shkolla kanë raportuar se nxënësit kanë fokusin e tyre në mësimet të prekura nga dëshira për nikotinë; thithje e cigareve elektronike në tualetet e shkollës; dhe madje duke provuar cigare elektronike që gjenden në parkun lokal afër vendbanimit të tyre. Rritja e ndërgjegjësimit për rreziqet tek të rinjtë mund të ndihmojë në parandalimin e këtyre problemeve nga përshkallëzimi dhe zvogëlimin e numrit të përdoruesve të rinj.

Cilat janë rreziqet?

VARËSIA NDAJ NIKOTINËS

Meqenëse ato u zhvilluan fillimisht për të ndihmuar njerëzit të ndalojnë duhanin, shumica + e lëngjeve të cigareve elektronike përmbajnë nikotinë. Jo vetëm që është një stimulues që krijon varësi, por gjithashtu mund të ketë efekte të dëmshme në zhvillimin e trurit në moshën nën 25 vjeçare. Nikotina mund të ulë aftësinë e vëmendjes, të dobësojë kontrollin e impulseve, të ndikojë në humor dhe të rrisë gjasat e varësisë nga substancat si i rritur.



ÇKA ËSHTË VAPING?

Vapat përmbajnë një lëng (vapes/cigare elektronike) që nxehet nga një bateri dhe avullohet, duke krijuar një avull kimik të cilin përdoruesi e thith. Ato mund të jenë të përdorueshme (pasi të mbarojë lëngu ose bateria, 'cigarja' hidhet) ose të rikarikueshme (përdoruesi zëvendëson lëngun dhe e rimbushë baterinë sipas kërkesës). Shumica e lëngjeve të avullit përmbajnë nikotinë dhe kimikate të tjera.

KUJDES MUNGESËS VETËDIJËSUESE

Një pjesë e të rinjve prirën t'i shohin vapat si të padëmshme, kryesisht për shkak të pamjes së produkteve dhe perceptimit (shpesh të forcuar në rrjetet sociale) se "vapimi është i lezetshëm" dhe në trend. Në shumë raste, të rinjtë nuk e vlerësojnë plotësisht konceptin e varësisë: domethënë, ata nuk janë të vetëdijshëm sa duhet për rrezikun e fiksimit pas nikotines përpara se të provojnë një vape.

TOKSICITET POTENCIALE

Shumë lëngje cigare elektronike janë zbuluar se përmbajnë metale 'të rënda' si plumbi, kallaji, nikeli dhe (në disa raste) mercuri - të gjitha këto njihen si toksike. Këto metale shpesh marrin formën e copave të vogla brenda rezervuarit të lëngshëm të një pajisjeje, më pas thithen në trup. Disa raporte mediatike kanë sugjeruar që këto metale janë të përhapura në cigarete elektronike të importuara ilegalisht të cilat nuk përputhen me rregulloret e Mbretërisë së Bashkuar.



PASOJAT E PAQARTA AFATGJATE

Shumë lëngje cigare elektronike janë zbuluar se përmbajnë metale 'të rënda' si plumbi, kallaji, nikeli dhe (në disa raste) mercuri - të gjitha këto njihen si toksike. Këto metale shpesh marrin formën e copave të vogla brenda rezervuarit të lëngshëm të një pajisjeje, më pas thithen në trup. Disa raporte mediatike kanë sugjeruar që këto metale janë të përhapura në cigarete elektronike të importuara ilegalisht të cilat nuk përputhen me rregulloret e Mbretërisë së Bashkuar.

PAKETIMI TËRHEQËS

Paketimi i shumë vapave është shumë tërheqës për të rinjtë, shpesh duke u bërë jehonë ngjyrave dhe shijeve të ëmbëlsirave ose pijeve të gazuara që ata janë mësuar që t'i blejnë. Ekziston një mungesë relative e rregullimi rreth marketingut të vapave dhe avulli i tyre shpesh përshkruhet pozitivisht në rrjetet sociale - gjë që mund t'i shtyjë të rinjtë të kenë pikëpamje të favorshme për nargjilënë dhe të anashkalojnë dëmet e mundshme.

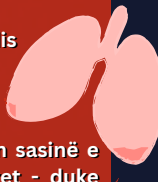
EFEKTET MJEDISORE

Vetëm në Mbretërinë e Bashkuar, rreth 5 milionë vapa të disponueshme shkojnë në vendgrumbullim çdo javë. Për shkak të një numri kaq të konsiderueshëm të këtyre produkteve që nuk riciklohen, përbërësit e tyre - një bateri litiumi dhe një lëng kimik - paraqesin një rrezik toksik për mjedisin, ekosistemin dhe kafshët e egra. Vapat gjithashtu janë bërë kryesisht prej plastike dhe metali; materiale që, natyrisht, nuk dekompozohen natyrshëm.



SHQETËSIM PËR SHËNDETIN

Studimet tashmë tregojnë një lidhje midis vaping sistemit dhe problemeve të shëndetit oral si prishja e dhëmbëve dhe sëmundja e mishrave të dhëmbëve. Kjo është për shkak se vaping zvogëlon sasinë e pështymës në gojë, ndërsa rrit bakteret - duke rezultuar në erë të keqe dhe një grumbullim të pllakave. Ekzistojnë gjithashtu shqetësime se, në disa përdorues, vaping thithja e cigareve elektronike mund të çojë në zhvillimin e astmës, një kollë të vazhdueshme dhe vështirësi në frymëmarrje.



PRODUKTET E PARREGULLTA

Numri i shitësve me pakicë, të gatshëm t'u shesin vapa JUICE nën 18-vjeç është shqetësues, pasi mundësia që këto produkte të jenë të parregulluara (dhe për rrjedhojë përmbajnë kimikate të paligjshme dhe nivele të larta të nikotines) është e lartë. Mekanizmat brenda produkteve të parregulluara vaping nuk kanë gjasë të jenë testuar dhe të jenë të sigurt - duke paraqitur një rrezik të mundshëm zjarri nëse lëngu dhe bateria bien në kontakt.



INFORMACION I PAKËT

Mungesa e informacionit rreth përbërësve dhe kimikateve potencialisht të dëmshme në një vape - cigare është shqetësuese. Disa lëngje vape (të parregulluara në Mbretërinë e Bashkuar) përmbajnë gjurmë arrash, të cilat mund të shkaktojnë një reaksion alergjik ose shok anafilaktik. Deri më sot, paralajmërimet mjekësore nuk kërkojnë në paketimin e vapës - por vetëm mohimet mjekësore që gjenden në faqet e internetit të markave të ndryshme.



LISTA E PAQARTË E PËRBËRËSVE

Hulumtimet e hershme kanë sugjeruar se kimikatet e përdorura për të prodhuar disa lëngje elektronike me shije luleshtrydhe dhe banane mund të vrasin qelizat në enët e gjakut dhe zemrën. Këta përbërës nuk janë të identifikuar në paketim, përkundrazi bien nën termin ombrellë 'aroma natyrale dhe artificiale'. Listime të tilla të paqarta nënkuptojnë se konsumatorët nuk janë të vetëdijshëm për përmbajtjen e lëngut, kështu që nuk mund të identifikojnë rreziqet e mundshme.



PENKOS

Parents Education Network of Kosovo

Përkthim dhe përshtatje

Source: <https://www.bbc.co.uk/news/health-65809924>

www.prinderimi.com



HEALTHY SCHOOLS
CAMBRIDGESHIRE & PETERBOROUGH

The National College