**Вред электронных сигарет**

Самый главный вред электронных сигарет заключается в том, что сохраняется использование вещества, которое и вызывает зависимость. Выбрав этот вариант курения, человек по-прежнему получает необходимую ему дозу никотина. Тогда как же этот метод поможет избавиться от зависимости? Никак! Более того у данного вида сигарет есть еще масса недостатков.

Обманутые надежды. Заменив обычную сигарету электронным аналогом, человек едва ли продвинется в своем стремлении освободиться от зависимости. И когда не будет возможности перезарядить атомайзер прибегнет к покупке пачки обычных.

Материальный ущерб. Естественно, ложная свобода недешевое средство, стоимость этого «действенного» метода гораздо выше, чем любая другая табачная продукция. И сама электронная сигарета, и то, чем её заправляют, имеют непривлекательную цену.

Вред здоровью. Никотин – это вещество, которое имеет широкий спектр действия и в микродозах даже используется в медицине (в виде никотиновой кислоты), но курильщик получает гораздо больше и регулярно. Из-за этого в организме перестает вырабатываться «свой никотин», что приводит к постоянной потребности поступления этого соединения извне.

Большое количество никотина губительно влияет на нервную систему, так как занимает большое рецепторов, парализуя самостоятельную деятельность нервных волокон.

Кроме никотина в состав жидкости для парогенератора электронных сигарет входят ароматизаторы и усилители вкуса, которые также не являются полезными добавками.

И наконец-то путь поступления. В электронной сигарете вся адская смесь поступает не с дымом, а с паром. Нет смолы, нет угарного газа и других продуктов горения, но благодаря парообразной форме все вещества проникают быстрей и лучше. Таким образом, электронный гаджет курильщика только способствует его дальнейшему отравлению и поддержанию никотиновой зависимости.

**Электронные сигареты опасны**

Нет лучшего способа бросить курить, в любом случае придется испытать муки отказа от вредной привычки до тех пор, пока не восстановится выработка своих стимулирующих веществ, подобных никотину. Не стоит заменять один способ поступления этого вредного вещества на другой, главным помощником в борьбе с зависимостью является сильнейшая мотивация и стремление к здоровому образу жизни.