Department of **Education**
Department of **Health**
GOVERNMENT OF WESTERN AUSTRALIA

MGA KATUNAYAN TUNGKOL SA PAG-VAPE

Ang mga electronic cigarette o e-cigarette, na kadalasang tinatawag na mga 'vape', ay mga elektronikong gamit na idinisenyo para maghatid ng mga pinasingaw (vaporized) na likido papunta sa mga baga. Maraming iba't ibang klase ng vape na mabibili at mahirap mapansin ang mga ito.

Ang pangunahing sangkap sa mga vape ay propylene glycol, vegetable glycerine o glycerol, at madalas na kahalo din ang mga ito ng nicotine, mga flavor, at iba pang kemikal. Posibleng naglalaman ang mga vape ng mga mapanganib na kemikal na hindi nakalista sa pakete.

Ang pinakamaling pagkakaunawa tungkol sa mga vape ay hindi raw nakapipinsala ang mga ito kumpara sa mga sigarilyo. Hindi ito totoo. ***Hindi ligtas gamitin ang mga vape.***

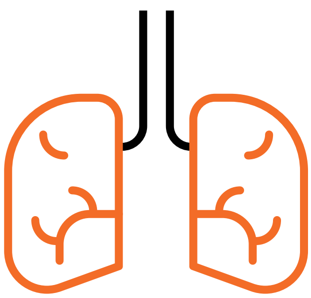
ALAM MO BA KUNG ANO ANG VINE-VAPE NILA?

Maraming vape ang may nicotine na siyang dahilan kung bakit ***labis na nakakahumaling*** ang mga ito

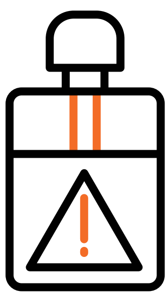
Ang nicotine sa 1 vape katumbas ng

=50 mga sigarilyo

Ang mga kabataang nagve-vape ay ***3 beses*** na mas malamang na magsimulang manigarilyo



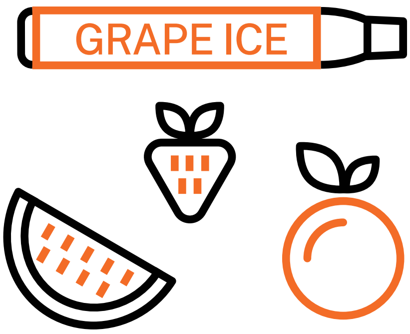
Ang pag-vape ay naiugnay na sa ***malubhang sakit sa baga***



Ang mga vape ay posibleng may mga ***mapanganib na kemikal*** na matatagpuan din sa mga produktong panlinis, nail polish remover, pamatay ng damong ligaw, at pang-spray ng insekto

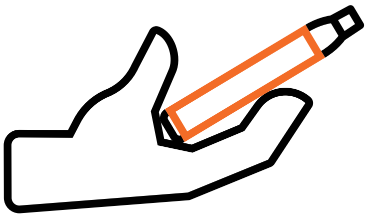
Maraming iba't ibang disenyo at klase ng vape at ***madaling itago*** ang mga ito

KAAKIT-AKIT SA MGA KABATAAN ANG MGA VAPE



Dahil sa mga lasa (flavor) (tulad ng pakwan, ubas, caramel, bubble-gum, vanilla, at mint) at makulay na pagkakabalot na ginagamit para sa mga vape, naaakit ang mga kabataan dito. ***Maraming vape din ang may lamang nicotine, na nagpapabilis sa pagkahumaling ng mga kabataan.***

Patuloy na naghahanap ng mga bagong customer ang mga kumpanya ng tabako. Ang mga vape ay bagong paraan para mahumaling sa nicotine ang mga kabataan, na kadalasang mahirap itigil.

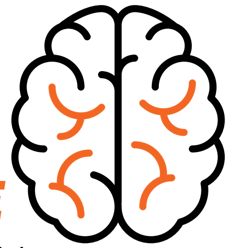


GAANO KALAKI ANG PROBLEMA?

Gaya ng nalalaman mo, dumarami ang mga kabataang nagsisimulang mag-vape. Ayon sa pananaliksik, sa WA, ***13.5% ng mga mag-aaral na may edad na 12 hanggang 17 ang sumubok ng e-cigarette***.

Sa mga sumubok, 2 sa 3 (66%) ang hindi gumamit nito sa nakaraang 30 araw. Ang mga kabataang nagve-vape ay 3 beses na mas malamang na magsimulang manigarilyo.

MAPANGANIB SA MGA KABATAAN ANG NICOTINE



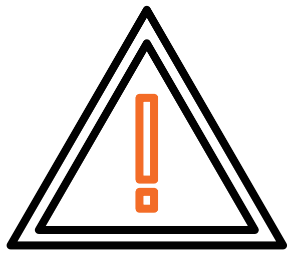
Ang nicotine ay droga na kadalasang nasa mga vape at labis na nakakahumaling sa mga utak ng kabataan.

Maaari itong magdulot ng mga pangmatagalang negatibong epekto sa pag-develop ng utak.

Binabago ng nicotine kung paano nabubuo ang mga synapse sa utak ng mga kabataan.

Posibleng kabilang sa mga epekto ang problema sa pagtuon ng atensyon, pagkakatuto, memorya, at mga pagbabago ng mood.

MGA PANGANIB SA KALUSUGAN NG KATAWAN AT KAISIPAN



Posibleng ilantad ng mga vape ang mga kabataan sa mga kemikal at lason (toxin) sa mga antas na potensyal na magdulot ng mga negatibong epekto sa kalusugan. ***Posibleng magkaroon ang kabataan ng mas malaking panganib sa depresyon at pagkabalisa (anxiety) dahil sa mga vape.*** Naiugnay na rin ang pag-vape sa malubhang sakit sa baga. Higit pa rito, marami sa mga pangmatagalang pinsalang dulot ng pag-vape ang hindi pa rin alam. Hindi tubig ang liquid at vapor na nasa mga vape. Posibleng malantad ng mga vape ang mga kabataan sa:

- mga mapanganib na kemikal na matatagpuan din sa mga produktong panlinis, nail polish remover, pamatay ng damong ligaw o, at pang-spray ng insekto.
- mga lason (toxin) gaya ng formaldehyde at mga heavy metal.
- mga napakapinong butil (particle) na posibleng malanghap papunta sa kaloob-looban ng mga baga.
- mga kemikal na panlasa (flavoring chemical) gaya ng diacetyl (isang kemikal na nauugnay sa malubhang sakit sa baga).

May napag-alaman na rin na sumasabog ang mga vape at nagdulot ng mga seryosong pagkapaso.

ALAM MO BA KUNG ANO ANG VINE-VAPE NILA?

MGA BATAS HINGGIL SA PAGBEBENTA NG MGA VAPE SA WA

Naiulat na kadalasang bumibili ang mga kabataan ng mga vape sa online, mula sa mga retail store, o mula sa mga kaibigan at kakilala sa komunidad. Gayunpaman, ilegal sa WA na magbenta ng mga e-cigarette device at mga produktong pang-vape ng nicotine sa kahit na sino, anuman ang kanilang edad, maliban kung inireseta ito ng doktor para sa mga layunin ng pagpatigil sa paninigarilyo, at nakukuha ito kung may reseta mula sa parmasya.

Sa WA, hindi maaaring magbenta ang mga retailer ng tabako o pangkalahatang retailer ng mga e-cigarette device at mga component nito, may laman mang nicotine ang mga ito o wala . Ilegal ding magbenta ng mga vape sa mga kaibigan sa paaralan o sa komunidad. Kung pinaghihinalaan mo ang isang tao na nagbebenta ng mga vape o e-cigarette at mga component nito, pwede mo itong isumbong sa Departamento ng Kalusugan sa pamamagitan ng pag-email sa TobaccoPolicy@health.wa.gov.au.

NAGVE-VAPE BA ANG IYONG ANAK?

Posibleng hindi mo alam na nagve-vape ang iyong anak, dahil maliliit ang mga vape at kamukha ang mga ito ng mga karaniwang bagay na tulad ng mga highlighter, pen, at USB drive. Hindi rin madaling maamoy ang mga ito.

Kabilang sa mga palatandaan na posibleng nagve-vape ang iyong anak ang mga sintomas ng pagkahumaling sa nicotine gaya ng nagiging iritable o nababalisa ang iyong anak. Kung nagve-vape ang iyong anak, hikayatin siyang tumigil at ipaalam sa kanya na may makukuhang tulong, at nariyan ka para sa kanya. Maaaring maging mahirap minsan ang pagpatigil sa pag-vape, at posibleng mangailangan ang iyong anak ng payo mula sa isang GP.

Nakatutulong din na maging isang magandang halimbawa sa pamamagitan ng hindi rin paggamit ng tabako at vape sa iyong sarili.

MAPANLINLANG AT MAPANGANIB NA PAG-EETIKETA

Kadalasang walang etiketa (label) o may maling etiketa (label) ang mga produktong pang-vape.

Posibleng isaad ng mga etiketa (label) na walang nikotina (nicotine free) ang mga vape, ngunit ***marami sa mga produktong ito ang may lamang nicotine at marami pang ibang kemikal.***

Hindi lang nila ito inilalagay sa pakete.

ANG KAHALAGAHAN NG PAKIKIPAG-USAP SA IYONG ANAK

Kung pinaghihinalaan mong nagve-vape ang iyong anak, maglaan ng panahong kausapin siya tungkol dito at tulungan siyang maunawaan ang lahat ng panganib.

Dahil madalas na karaniwan ang pag-vape sa mga paaralan, posibleng nakikita niya ito bilang normal o ligtas na ginagawang bagay, ngunit hindi ganyan ang katunayan.

Mahalagang ipaalam sa iyong anak ang mga panganib ng pag-vape. Subukang simulan ang pakikipag-usap sa iyong anak sa isang kalmado at magaang na paraan, pwede mo siguro itong itiyempo sa nangyayari sa paligid ninyo , tulad ng note na galing sa paaralan, balita tungkol dito, o kapag nakakita ng mga taong nagve-vape sa daan. At ihanda ang iyong impormasyon.

ALAM MO BA KUNG ANO ANG VINE-VAPE NILA?

education.wa.edu.au

Kinikilala ng Departamento ng Edukasyon ng WA at ng Departamento ng Kalusugan ng WA ang pagkamay-akda at pagmamay-ari ng NSW Health sa mga materyal na ito.

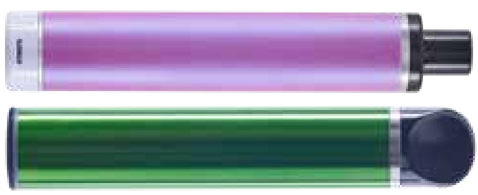
Department of **Education**
Department of **Health**
GOVERNMENT OF WESTERN AUSTRALIA

MGA KATUNAYAN TUNGKOL SA PAG-VAPE

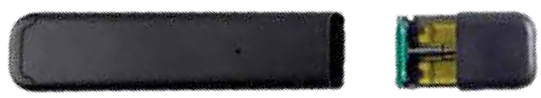
Maraming iba't ibang klase ng electronic cigarette o 'vape' na mabibili.

Ang pinakamaling pagkakaunawa tungkol sa mga vape ay hindi raw nakapipinsala ang mga ito kumpara sa mga sigarilyo. ***Hindi ito totoo. Hindi ligtas gamitin ang mga vape.*** Maaaring mahirap matukoy ang mga vape dahil kadalasang kamukha ang mga ito ng mga karaniwang gamit sa paaralan tulad ng mga highlighter pen, marker, at USB drive. Ang pag-alam sa iba't ibang hugis at uri ng mga vape ang unang hakbang para makatulong na protektahan ang mga kabataan laban sa mga panganib ng pag-vape.

ANG MGA PANGKARANIWANG VAPE



Ang mga disposable vape ang mga pinakapangkaraniwang vape na ginagamit ng mga kabataan. Posibleng maglaman ang mga ito ng 300 hanggang mahigit 4,000 'na hithit-buga' sa bawat device. Madalas na nagkakahalaga ang mga ito ng mula $15 hanggang $50, depende sa bilang ng laman ng ' hithit-buga' (puffs) na magagawa ng device. Marami sa mga vape na ito ang naglalaman ng nicotine, sa kabila ng madalas na kawalan ng etiketa (label) na nagsasabing naglalaman ito ng nicotine.



Posible ring may pod-style o mga refillable device ang vape, kung saan nire-refill ng gumagamit ang device ng mga e-liquid o mga bagong pod na naglalaman ng mga e-liquid.

Mukhang hindi gaanong sikat ang mga ganitong device sa mga kabataan.

ALAM MO BA KUNG ANO ANG VINE-VAPE NILA?

education.wa.edu.au

Kinikilala ng Departamento ng Edukasyon ng WA at ng Departamento ng Kalusugan ng WA ang pagkamay-akda at pagmamay-ari ng NSW Health sa mga materyal na ito.