

# אי-ציגארעטלעך



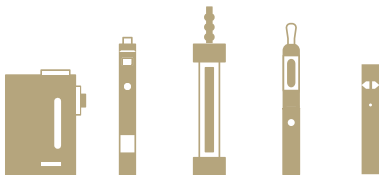
**NYC**  
Health

## העלט בולעטין

באזוכט [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) צו זען אלע העלט בולעטינען.  
רופט 311 צו באשטעלן אומזיסטע קאפיעס.

## אי-ציגארעטן

- אי-ציגארעטן זענען געצייגן וואס הייצן אן פליסיגקייטן צו מאכן פארע. ווען מענטשן נוצן אי-ציגארעטן (אויך גערופן וועיפינג) אטעמען זיי אריין די פארע.



נישט אלע אי-ציגארעטן קוקן אויס די זעלבע

- אי-ציגארעטלעך פליסיגקייטן (אי-ליקווידס) אנטהאלטן נישט קיין טאבאקא, אבער אנטהאלטן כמעט אלעמאל פלעיווארינגס און ניקאטין, וואס איז אדיקטיוו.
- די U.S. פוד און דראג אדמיניסטראציע (FDA) אונטערזוכט נישט און באאבאכט נישט פון דער נאנט אי-ציגארעטן באשטאנדטיילן, דערפאר קענען כעמיקאלן אין אי-ליקווידס זיין גאר פארשידנארטיג.
- אין ניו יארק סיטי איז אומלעגאל צו נוצן אי-ציגארעטן איבעראל וואו רייכערן איז נישט ערלויבט, אריינגערעכנט אלע סיטי פארקס און ים-ברעגן.

## אי-ציגארעטן און יוגנט

- די פאפולעריטעט פון אי-ציגארעטן ביי יוגטליכע איז אלאמירנד. אי-ציגארעטן קאמפאניעס מארקעט'ן און אפעלירן אפט צום יוגנט דורכן קענדי און פרוכט פלעיווארס.
- יוגנטליכע וואס נוצן אי-ציגארעטן האבן גרעסערע אויסזיכטן צו רייכערן ציגארעטן שפעטער.
- אי-ציגארעטן אנטהאלטן כמעט אלעמאל ניקאטין, וואס קען אפעקטירן צום שלעכטן א צענערלינג'ס זכרון און קאנצענטראציע, און קען אפשוואכן זייער מעגליכקייט צו לערנען.
- אויב איר זענט עלטערן, רעדט צו אייערע קינדער איבער די ריזיקעס פון נוצן אי-ציגארעטן. מוטיגט אן אפענע, אנגייענדע שמועס.

איין פאד (אדער ריפיל) פון אי-ליקוויד קען אנטהאלטן אזויפיל ניקאטין ווי א גאנצע פעקל ציגערעטן. אי-ציגארעטן קענען אויך ווערן גענוצט מיט קאנאביס.



=



# געזונטהייט ריזיקעס



- מיר ווייסן נישט די לאנג-טערמיניגע אפעקטן פון נוצן אי-ציגארעטן, אבער די פארע פון אויפגעהייצטע אי-ליקווידס קען אנטהאלטן שעדליכע כעמיקאלן, אזוי ווי:
  - פארמאלדעהייט און בענזין, וואס קענען פאראורזאכן קענסער
  - דייאסעטיל פון פלעווארינג וואס איז פארבינדן מיט לונגען קראנקהייט
  - שווערע מעטאלן, אזוי ווי ניקעל, טין און לעד
- אנדערע מענטשן ארום קענען אריינאטעמען די כעמיקאלן אין די לופט.
- פעלערהאפטע אי-ציגארעטן באטעריעס קענען פאראורזאכן פייערס און אויפרייסן, פון וואס מענטשן זענען שוין ערנסט געשעדיגט געווארן אדער אפילו געשטארבן.

# הערט אויף רייכערן

אי-ציגארעטן זענען נישט באשטעטיגט דורך די FDA צו העלפן מענטשן אויפהערן רייכערן.



אויב איר רייכערט ציגארעטן און איר ווילט אויפהערן, ראקאמענדירט די העלט דעפארטמענט צו נוצן FDA-באשטעטיגטע מעדיצינען, וואס קענען דאפלען אייערע אויסזיכטן מצליח צו זיין.



רוב העלט אינשורענס פלענער, אריינגערעכנט מעדיקעייד, דעקן באהאנדלונג אייך צו העלפן אויפהערן רייכערן.



פאר מעדיצינען, הילף און אינפארמאציע, באזוכט [nyc.gov/nycquits](https://www.nyc.gov/nycquits). איר קענט אויך טרעפן אינפארמאציע אייך צו העלפן מיט די שוועריגקייטן פון ניקאטין צוריקציאונג.



# ריסאורסעס

## פארבינדט זיך



@nychealthy



nychealth



@nychealthy



nychealth



nyc health

באזוכט [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) און זוכט  
**e-cigarettes** (אי-ציגארעטן)

לערנט מער

אי-מעיל  
[healthbulletins@health.nyc.gov](mailto:healthbulletins@health.nyc.gov)

באקומט די לעצטע  
העלט בולעטינען

באזוכט [nyc.gov/health/pubs](https://nyc.gov/health/pubs) פאר נאך שפראכן פונעם העלט בולעטין, און פאר אנדערע  
איבערגעזעצטע געזונטהייט מאטריאלן. איר האט די רעכט צו באקומען אין אייער שפראך.  
די סערוויסעס זענען אומזיסט ביי אלע ניו יארק סיטי העלטה דעפארטמענט אפיסעס און קליניקס.

