

## ПАМЯТКА ЗАБОТЛИВЫМ РОДИТЕЛЯМ

### Новая беда – СНЮС!

**Уважаемые родители!** Проблема потребления снюса среди детей и подростков является значимой и представляет серьезную опасность для здоровья подрастающего поколения. Возраст первого приобщения к этому наркотику стремительно снижается, вплоть до младшего школьного возраста.

#### Как понять, что ребенок принимает снюс?

Жевательный табак «снюс» – особенно ароматический – практически не оставляет специфического запаха изо рта или от одежды, поэтому единственный прямой признак употребления снюса – наличие коробочки с табаком или порционными пакетиками.

Но выявить зависимого от снюса можно и по косвенным признакам:

#### 1. Поведение

Частые движения лицевых мышц, характерные для жевания или рассасывания, легкое нервное возбуждение, перепады настроения, нетипичная раздражительность и тревожность, рассеянность и снижение трудовых/учебных показателей.

#### 2. Физические изменения

Резкая потеря веса, землистый и сероватый цвет лица, темные круги под глазами, частые жалобы на головную и сердечную боль, частые проблемы с зубами.

**Снюс** — вид табачного изделия класса бездымных табаков. Представляет собой измельченный увлажнённый табак, или растительные волокна, пропитанные табаком с добавлением ароматизаторов. Его не курят, а закладывают под верхнюю губу на время от 5 до 30 минут, в течение которых никотин поступает в организм человека. Жевать или глотать снюс нельзя, однако слюну, которая выделяется при его употреблении, можно сглатывать. Никотин и другие вещества высвобождаются из снюса в слюну, при этом, никотин и другие химические вещества, содержащиеся в табаке, сразу попадают в кровоток, всасываясь через слизистую полости рта.

Главный компонент в таком табаке также никотин. Его содержание в 5 раз больше чем в обычной сигарете. Снюс вызывает очень быстрое привыкание и никотиновую зависимость.

#### Симптомы и внешние признаки употребления снюса:

- ухудшение дыхательных функций,
- раздражение слизистой оболочки глаз,
- головные боли,
- учащенное сердцебиение,
- заложенность носа,
- першение в горле, кашель,
- раздражительность,
- потеря аппетита, головокружение и тошнота,
- ухудшение мыслительных процессов, памяти,
- снижение внимания.

#### Почему этот продукт стал популярен и для чего продвигается табачными компаниями?

Для того чтобы человек мог получить очередную дозу никотина там, где курить нельзя, на дискотеках, мероприятиях, в ресторанах и самолетах и не расставался с никотином.

Распространенно заблуждение, что использование бездымного табака менее вредно, по сравнению с курением, поскольку он содержит менее опасные химические вещества. Это не так. Снюс содержит более 30 химических веществ, с потенциальным канцерогенным эффектом, включая никель, полоний-210 (радиоактивный элемент) и нитрозамины. В результате исследований American Cancer Society, подтвердилось, что у потребителей снюса чаще появляется рак щек, десен и внутренней поверхности губ. Тканевые клетки в этих областях более интенсивно размножаются и разрастаются, делятся в попытке создать барьер табаку, но под влиянием канцерогенов мутируют и становятся раковыми.

## ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ БЕЗДЫМНОГО ТАБАКА

**«Безвредность снюса»- опаснейшее заблуждение!** Длительное использование бездымного табака приводит к пародонтозу, разрушению зубов, появлению зловонного запаха изо рта, тахикардии, гипертонии.

Пользователи бездымного табака получают намного больше никотина по сравнению с курильщиками сигарет. Дело в том, что употребление снюса предполагает, что табак остаётся во рту не менее 30 минут, за это время в организм попадает в десятки раз больше никотина, нежели при выкуривании одной, даже самой крепкой сигареты. Если в самой крепкой сигарете содержится до 1,5 мг никотина, то при употреблении снюса можно

получить до 22 мг никотина. Даже если табак находится в полости рта непродолжительное время, порядка 5-10 минут, в кровь все равно поступает большое количество этого никотина.

При этом характерны брадикардия и сосудистый спазм, сменяющийся падением артериального давления при переходе из горизонтального положения в вертикальное, что вызывает обмороки. Часто при проглатывании слюны с насваем или снюсом возникает рвота и понос, в связи с чем потребители некурительного табака слюну должны сплевывать (отсюда привычка плевать, слюна обычно зеленая или коричневая, обильная, липкая).

Мышцы ослаблены, выражена потливость и чувство слабости. Такое состояние препятствует нормальному обучению и резко снижает трудоспособность.

#### **Последствия употребления бездымного табака:**

- Рак в полости рта, заболевания десен, в результате которого можно потерять все зубы. Риск заболеть раком глотки и полости рта в 4 – 6 раз выше, чем у тех, кто его не употребляет.
- Риск заболеть раком желудка, поджелудочной железы, кишечника. увеличивается на 40 %
- Вследствие хронического сосудистого спазма в головном мозгу возникает раздражительность, апатия ко всему происходящему, ухудшение памяти, рассеянность.
- Импотенция и бесплодие. Нарушение выработки спермы при этом носит необратимый характер. Эта проблема уже достаточно остро стоит в странах, где использование его распространено, и при дальнейшем расширении этой моды среди подростков наших также стать серьезной задачей для врачей.
- Потребление снюса, как и курение, негативно сказывается на течении беременности.
- Снюс влияет на развитие инсультов, сердечных приступов, повышение артериального давления, покраснение и отек слизистой носа, слезливость глаз, переходящие в хронические формы.
- Ароматические добавки в табаке могут вызывать аллергические реакции.
- Вред от снюса может представлять даже большую угрозу, чем от сигарет, т.к. дозу табака трудно точно измерить и есть риск передозировки с последующими непредсказуемыми последствиями.

#### **Кроме того, у подростков потребление некурительного табака вызывает специфические расстройства:**

- уменьшение темпов роста
- повышенная агрессивность и возбудимость
- ухудшение качества мышления
- нарушение памяти и концентрации внимания
- ослабление устойчивости к инфекционным заболеваниям.

Практически все подростки, впервые использовавшие табак в виде снюса, в течение ближайших четырех лет становятся курильщиками сигарет.

Снюс не помогает бросить курить, так как этот вид табака содержит тот же самый наркотик, что и сигареты!

**Безопасного табака не бывает. Употребление табака в любой его форме абсолютно и безоговорочно вредно для любого организма.**

Высокая концентрация никотина становится причиной практически молниеносного формирования зависимости. Отказ от использования снюса - процесс более тяжёлый, чем отказ от курения, зачастую невозможный без помощи специалиста и курса реабилитации.

К сожалению, очень распространено использование снюса в подростковой и молодёжной среде, где он считается не только безопасным, но и модным.



Памятка разработана ЧРО Партии "Единая Россия" в рамках реализации партийного проекта "Здоровое будущее"