 **Что такое снюс?**

 Это - бестабачная смесь с добавлением никотина, которая не подпадает под закон и продается без ограничений. Это могут быть как пакетики со смесью, так и леденцы, пастилки. Неофициально их также называют снюсом.

 Потребители снюса закладывают такой пакетик под губу (на сленге подростков — «закинуться», «кинуть»), после чего никотин с химическими веществами практически сразу попадает в кровоток через слизистую полости рта.

**В чем опасность никотиносодержащих леденцов**

Один мешочек снюса в среднем содержит около 40 мг никотина, такую же дозу можно получить, выкурив одновременно две пачки традиционных сигарет. Это очень большая доза, которая может привести к острому отравлению никотином, а впоследствии — к судорогам и нарушению дыхания.

Употребление снюса вызывает привыкание. Пакетики состоят из растительных волокон скандинавской сосны и эвкалипта, экстракта никотина, воды и ароматизаторов. По крайней мере, так написано на упаковке. Поскольку снюс изготовлен кустарным путем, примеси и добавки, содержащиеся в нем, могут усиливать токсическое воздействие на организм.

**Почему снюс стал популярным?**

Снюс набирает популярность, потому что его можно принимать незаметно, и никто не узнает. Сигареты сейчас подростку купить достаточно сложно, нужно кого-то просить, а снюс - проще.

Подростки являются как раз тем контингентом, который начинает свой опасный для жизни никотиновый путь со снюса"

**Как распознать, что ребенок «подсел» на снюс?**

В первую очередь его новое увлечение отразится на общем состоянии здоровья.

Следим за симптомами:

·                    головная боль;

·                    тошнота и рвота;

·                    обильное слюноотделение и потоотделение;

·                    нарушение походки;

·                    боль во рту и головокружение;

·                    нарушение дыхания.

У подростка ухудшается память, замедляются мыслительные процессы, внимание ослабевает. В поведении присутствует сонливость, раздражительность и агрессия, в тетрадях «мультяшные» образы в тёмных тонах, в речи – «шайба», «закинуться», «кинуть», «жохнуться», «торкнуло» и др.

**Как уберечь ребенка от снюса ?**

Профилактика употребления снюса среди школьников, в первую очередь, зависит от родителей.

Курящая мама – это уже вопрос для семьи: насколько ее воспитательный момент будет

убедителен для ребенка? Подросток, у которого в семье курит один из родителей, с большей вероятностью согласится употребить снюс, потому что родители демонстрируют ему зависимое поведение каждый день.

Чаще всего дети начинают курить или употреблять снюс, потому что родители уделяют им мало внимания. В некоторых случаях такое поведение – это сигнал о помощи. 

Если вам кажется, что ребенок употребляет психоактивное вещество или уже есть такой факт, не стоит кричать на него, наказывать, угрожать, нужно обратиться за помощью к специалистам: это может быть психолог в школе, подростковый нарколог в Республиканском наркологическом диспансере.

**Уважаемые родители!**

Больше времени проводите с детьми, смотрите, чем они занимаются в социальных сетях, дружите со своими детьми во Вконтакте и других соцсетях. Так вы будете видеть, что они смотрят, что пишут, чем занимаются и с кем общаются».

Расскажите детям, что есть информация о том, что есть случаи, когда дети были отравлены неизвестным веществом.

И что **НИКОГДА НИ У КОГО НИЧЕГО** **НЕ НУЖНО** брать, даже если **УГОЩАЮТ** сверстники и одноклассники.

**Чаще говорите друг другу слова, которые поддерживают веру ребенка в себя:**

- «Зная тебя, я уверен, что ты все делаешь правильно».

 Как понять, что ребёнок употребляет 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?

Но выявить зависимого от снюса можно и по косвенным признакам:

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.

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 измельчённый 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 нашихтакже 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.

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.

