

ЧТО ТАКОЕ СНЮС И ЧЕМ ОН ОПАСЕН?



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБПОУ «СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
ЦЕНТР ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



ЧТО ТАКОЕ СНЮС?

Это один из видов бездымного табака. Он изготавливается из измельчённых табачных листьев, которые пакуют в пакетики, и при использовании помещают между десной и губой.

Слюна, смачивая содержимое, экстрагирует из него никотин. Никотин всасывается через слизистую и попадает в кровь.

Так же среди школьников набирают популярность никотиновые леденцы и снюсы — смесь жевательного (сосательного) табака.



ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СНЮСА



Снюс, как и сигареты, вызывает никотиновую зависимость.

Привыкание при приеме снюса возникает намного быстрее. Зависимость от никотина выражена в большей мере. Даже при попытках держать снюс во рту всего 5 – 10 минут в кровь поступать большая доза никотина.

При сосании табака никотин попадает в мозг минуя бронхи и легкие намного быстрее. В порции снюса содержится в 5 раз больше никотина, чем в сигарете. Именно поэтому зависимость от сосательного табака развивается быстрее и проявляется сильнее. Нередко справиться с такой зависимостью без помощи специалиста просто невозможно.



ЧЕМ СНЮС ОПАСЕН ДЛЯ ПОДРОСТКОВ



Нарушение мыслительных процессов;

Замедление и остановка роста;

Повышенная раздражительность и
агрессивность;

Ухудшение концентрации внимания и памяти;

Ослабление иммунитета и повышенная
восприимчивость к инфекционным
заболеваниям;

Более высокий риск развития онкологических
заболеваний полости рта, желудка и
поджелудочной железы.



КАК ПОДРОСТКУ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ УГОВОРОВ ПОПРОБЫВАТЬ СНЮС

1) Сразу встаньте на свою позицию

2) Отказ всегда начинайте со слова
«НЕТ»

3) Повторяете вновь и вновь свою
фразу отказа, это мое решение

4) При давлении – откажитесь от
разговора «Я не хочу об этом больше
говорить»

5) Если давление продолжается –
покиньте место или компанию



МИФ

- Снюс менее вреден, чем сигареты
- Не вызывает зависимость
- Не содержит химических веществ
- Не провоцирует рак легких и другие заболевания



РЕАЛЬНОСТЬ

- Содержит токсические вещества с канцерогенным эффектом
- Вызывает сильную зависимость
- При употреблении снюса в организм поступает в десятки раз больше никотина, чем при курении сигарет