

СНЮС

СНЮС - опасный вид жевательного (сосательного) табака, который представляет угрозу для здоровья и вызывает сильную зависимость.

Компоненты табака проникают в системный кровоток через слизистые покровы. В итоге действие наступает мгновенно. Эффект достигается намного быстрее по сравнению с курением обыкновенных сигарет.

Привыкание при приеме снюса возникает намного быстрее, практически молниеносно, и зависимость от никотина выражена в большей мере. Даже при попытках держать снюс во рту всего 5 – 10 минут в кровь поступает большая доза никотина.

В одной подушечке снюса столько же никотина, сколько его в трех пачках крепких сигарет



ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ СНЮСА

- Снюс существенно вредит зубам. Постоянное воспаление десен, разрушительное воздействие на эмаль – все эти факторы увеличивают вероятность развития кариеса и пародонтоза, способствуют потемнению и разрушению зубов.

- Прием жевательного табака сопровождается сильным слюноотделением и слюна, смешиваясь с никотином и канцерогенами, поступает после проглатывания в пищеварительные органы. Из-за этого слизистые желудка и кишечника поражаются, могут формироваться эрозии и язвы. Поступление в органы пищеварения канцерогенов повышает вероятность развития рака желудка и кишечника.

- Прием жевательного табака приводит к появлению никотина в крови и способствует спазмированию и сужению сосудов. Такое их состояние повышает риск развития ишемической болезни сердца, артериальной гипертензии, атеросклероза и инсультов.

- Прием жевательного табака особенно опасен именно в подростковом возрасте, так как организм еще не сформирован окончательно.

СНЮС НАНОСИТ ТАКОЙ ВРЕД:

- замедление и остановка роста;
- нарушение когнитивных процессов;
- ухудшение концентрации внимания и памяти;
- повышенная раздражительность и агрессивность;
- ослабление иммунитета и повышенная восприимчивость к инфекционным заболеваниям
- более высокий риск развития онкологических заболеваний полости рта, желудка и поджелудочной железы.

ЕСЛИ ВАМ ПРЕДЛОЖИЛИ БЕЗДЫМНЫЙ ТАБАК:

- Ни в коем случае не соглашайтесь пробовать этот или любой другой вид табака, если вам предлагают сделать это знакомые и, тем более, незнакомые люди за деньги или бесплатно! Вежливо откажитесь, не вступая в конфликт.

- Если вам предлагают жевательные конфеты, не берите их или, взяв, не спешите есть, если не уверены в их происхождении и безопасности. Ведь сладости вам всегда могут купить родители.

- Если кто-то пытается навязать вам или вашим знакомым употребление снюса, немедленно сообщайте администрации, социальному педагогу, классному руководителю о случаях торговли снюсом в школе или на ее территории.

- Постарайтесь предупредить друзей и знакомых о вреде употребления этого вещества и убедить не использовать его.

**ПОМНИТЕ,
ЧТО ГОРАЗДО ЛЕГЧЕ
ПРЕДОТВРАТИТЬ БЕДУ,
ЧЕМ БОРОТЬСЯ
С ЕЁ ПОСЛЕДСТВИЯМИ.
БЕРЕГИТЕ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ**

ЧЕМ ОПАСЕН СНЮС?

- Если в самой крепкой сигарете содержится до 1.5 мг никотина, то при употреблении табачного снюса можно получить

- до 22 мг никотина.

- Снюс с чистым никотином содержит в разы больше миллиграммов вещества

- от 40 до 60 мг.

- Несложно посчитать, что один снюс может быть равен

- двум-трем выкуренным пачкам сигарет.



**Помните!
Безвредного табака нет!**

*Если у Вас, Ваших друзей
или родных возникли проблемы,
обращайтесь:
ГБУЗ АО «Амурский областной
наркологический диспансер»
по адресу:
675007, Амурская область,
г. Благовещенск,
ул. Больничная, 32*

**Телефон регистратуры:
8 (4162) 77-67-03**

**Телефон доверия:
89098105554**

**Телефон горячей линии
(круглосуточно):
8(4162) 77-67-07**

Сайт www.aond.ru
e-mail: mail@aond.ru

**Любую консультацию можно
получить анонимно!**



Тиражировано в рамках государственной программы «Развитие здравоохранения Амурской области на 2014-2025 годы», подпрограммы «Профилактика заболеваний и формирование здорового образа жизни. Развитие первичной медико-санитарной помощи». Министерство здравоохранения Амурской области. ГБУЗ АО «Амурский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики». г. Благовещенск, ул. Шимановского, 45, тел. 33-33-53.

www.aocmp.ru @ aocmp_blg



Отпечатано в ООО «ИПК «ОДЕОН». 3. С-21-4356. Тираж 1000. 2021 г.

**ГАУЗ АО «Амурский областной
наркологический диспансер»**



СНЮС - ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ЖИЗНИ!



**Благовещенск
2021**