

# МИФЫ О СНЮСЕ

**Снюс** – один из видов бездымного (жевательного) табака. Он изготавливается из измельчённых табачных листьев, которые пакуют в пакетики, и при использовании помещают между десной и губой. Снюс легально выпускается и распространяется только на территории Швеции, в остальных странах он запрещён.

**Альтернатива снюса:** бестабачная смесь с добавлением никотина, которая не попадает под закон, её легально ввозят и распространяют в точках продаж табачной продукции. Неофициально её также называют снюсом. Это могут быть как пакетики со смесью, так и леденцы, пастилки.

✗ ПРИ УПОТРЕБЛЕНИИ СНЮСА НЕТ ЗАПАХА ИЗО РТА



Неприятный запах при употреблении снюса практически невозможно перебить жевательной резинкой или освежителем для полости рта

✗ ЕСЛИ СНЮС УПОТРЕБЛЯЮТ РЕБЯТА ВО ДВОРЕ И НИКОТ НЕ УМИРАЕТ, ЗНАЧИТ, ОПАСНОСТИ НЕТ



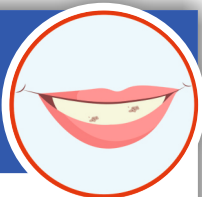
Снюс содержит огромное количество никотина – до 80 мг и более! Зарегистрированы случаи отравления снюсом с летальным исходом!

✗ СНЮС – ЭТО НЕ НАРКОТИК: СОСТАВ НЕ ОПАСЕН, НИЧЕГО ЗАПРЕЩЁННОГО ВНУТРИ НЕТ



Синтетический никотин очень быстро формирует сильную зависимость, поражает все органы и системы организма

✗ СНЮС НЕ ВЫЗЫВАЕТ КАРИЕСА И ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЁСЕН



Снюс вызывает дистрофию дёсен, пародонтит и пародонтоз. Может стать причиной кариеса и потери зубов

✗ СНЮС УПОТРЕБЛЯЮТ ЧТОБЫ БРОСИТЬ КУРИТЬ



В снюсе больше никотина – значит сильнее зависимость. Никотин и другие вещества, всасываясь через слизистую полости рта, создают высокую концентрацию никотина в крови, так как снюс остаётся во рту дольше, чем сигаретный дым

✗ СНЮС МОЖНО УПОТРЕБЛЯТЬ ДАЖЕ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ



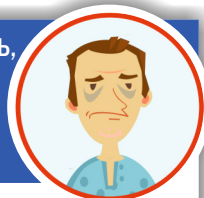
Снюс провоцирует преждевременные роды и нехватку кислорода у плода. Он может стать причиной серьёзных нарушений здоровья у беременной женщины вплоть до развития коматозного состояния и смерти

❌ СНЮС – ЭТО БЕЗОБИДНОЕ БАЛОВСТВО. МОЖНО ОТКАЗАТЬСЯ ОТ НЕГО, КАК ТОЛЬКО ХОЧЕШЬ



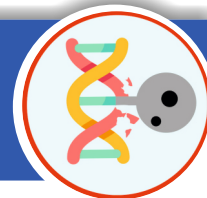
Как раз наоборот. Снюс снижает естественную выработку «гормона удовольствия» (дофамина) и быстро формирует никотиновую зависимость. При попытке отказаться от снюса человек испытывает сильный физический и психологический дискомфорт, тягу к этому веществу

❌ НЕВОЗМОЖНО ПОНЯТЬ, ЧТО ЧЕЛОВЕК ПРИНИМАЕТ СНЮС



Снюс не оставляет привычного запаха табака. Но есть косвенные признаки его употребления: движения лицевых мышц, характерные для жевания, нервное возбуждение, перепады настроения, рассеянность, а также потеря веса, землистый цвет лица, темные круги под глазами, головная боль, проблемы с зубами, дёснами

❌ СНЮС НЕ ВЫЗЫВАЕТ РАКА



Снюс содержит более 30 химических веществ с потенциальным канцерогенным эффектом (даже один единственный канцероген может вызывать мутации, приводящие к раку). Потребление снюса увеличивает вероятность возникновения рака полости рта, поджелудочной железы, желудка

**Внимание!** Обращаемся к родителям, имеющим детей от 11 до 18 лет: **будьте бдительны!**

Именно подростки являются наиболее уязвимой группой в отношении употребления психоактивных веществ. Во-первых, потому что недооценивают всю опасность и последствия наркотических экспериментов. Во-вторых, чем меньше возраст человека, тем более опасно для него употребление снюса (например, влияние снюса на 13-летнего будет более вредоносным, чем на 25-летнего). Пока организм окончательно не сформирован, психоактивные вещества способны вызвать нарушение когнитивных функций быстрее, чем у взрослых.

**У юношей и девушек могут наблюдаться:** повышение раздражительности и агрессивности; ухудшение памяти, внимания, мышления; уменьшение устойчивости к инфекционным заболеваниям; замедление темпов роста.

**При появлении сомнений в отношении употребления вашим ребёнком психоактивных веществ, обращайтесь:**

- 📍 ОГБУЗ «ТОНД» г. Томск, ул. Лебедева, 4
- ☎ (3822) 46-86-28, доп. 108 – кабинет по обслуживанию детского населения
- ☎ (3822) 46-86-28, доп. 150 – химико-токсикологическая лаборатория

По материалам ГБУЗ ЯНАО «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики», [www.yamalcenter.ru](http://www.yamalcenter.ru)

Макет подготовлен ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

📍 г. Томск, ул. Бакунина, 26

☎ (3822) 65-02-16

🌐 [profilaktika.tomsk.ru](http://profilaktika.tomsk.ru)

Присоединяйтесь к группе  
«Будь здоров, Томск!»

