

**Причины по которым не стоит начинать:**  
**Различное влияние на здоровье.** Как и в сигаретах, в загубном никотине найдены тысячи химических соединений и 28 канцерогенов. Просто вместо рака легких возрастает риск заболеть раком рта и гортани. Рак есть рак, и последствия очень серьезные!

**Поиск друзей.** Сейчас в моде спорт и правильное питание, отказ от вредных веществ может стать важным фактором как при поиске друзей, так и на романтических свиданиях. Не думай, что сможешь скрывать. Вонь от него быстро даст знать.

**Деньги.** Подсчитай, сколько денег можно сэкономить, если побороться с вредной привычкой! В зависимости от частоты употребления, эта сумма может составить 1000 евро в год!

**Зависимость.** При употреблении снюса и нетабачного никотина, незаметно и стремительно возникает зависимость, от которой будет очень сложно избавиться, а чем раньше начать, тем труднее будет потом отказаться. Никотин – мощный яд, а зависимость – серьезная болезнь. Не позволяй разрушить свой развивающийся мозг!

**СУДЬБА СУДЬБОЙ, НО  
ВЫБОР – ЗА ТОБОЙ.**

«Республиканский наркологический  
диспансер»  
г. Йошкар-Ола, ул. Комсомольская, д. 81  
45-21-63 (регистратура)

Министерство здравоохранения Республики  
Марий Эл  
Государственное бюджетное учреждение  
Республики Марий Эл  
«Республиканский наркологический  
диспансер»

## «УБИЙСТВЕННАЯ» МОДА СНЮС и нетабачный НИКОТИН.



### Важно

С точки зрения закона, снюс и нетабачный никотин не является наркотиком, однако он оказывает очень вредное воздействие на организм и возникающая на фоне его приема никотиновая зависимость нуждается в лечении.

В России снюс запрещен с 2015 года. Но в последнее время во всех регионах страны возникла проблема потребления нетабачных сосательных никотиновых смесей, содержащих никотин в дозах от 30 до 260 мг/г.

На банках часто пишут: «не содержит табака», однако есть и другая надпись: «высокое содержание чистого никотина».

**Важно ведь не термин, важна  
суть!**

Снюс-бездымный и нетабачный никотин, который выпускается в разных формах и применяется как сосательный табак (никотин).

Производители снюса и нетабачного никотина рекламируют его как безопасный и безвредный аналог курения. Но это ложь. Одна порция снюса и нетабачного никотина может содержать **никотина в 50 раз больше, чем в сигарете.** Из-за этого возникает сильное психическое и физическое

привыкание, его потребители чаще страдают от рака десен, щек, внутренней поверхности губ.

Также он **провоцирует развитие ряда заболеваний:**

- болезни носоглотки;
- рак желудка, простаты, кишечника;
- потеря чувствительности вкусовых рецепторов;
- нарушения аппетита;
- сердечные патологии;
- гипертония;
- заболевания зубов и десен;
- атрофия мышц.

**Последствия** употребления снюса могут быть достаточно плачевными:

- замедляются нормальные темпы роста;
- резко меняется настроение — от апатии к агрессии и наоборот;
- страдает мозг — ухудшается память, угнетаются когнитивные функции;
- снижается иммунитет.



На картинке, изображено заболевание десен и зубов, после продолжительного употребления некурительных смесей.

### **Признаки отравления некурительной никотиносодержащей продукцией:**

В первый час после отравления:

- чрезмерное возбуждение,
- головные боли,
- спазмы желудка,
- тремор,
- тревожность,
- беспокойство,
- частичная дезорганизация,
- учащенное дыхание,
- далее- угнетающее действие: слабость, снижение артериального давления, бледность, судороги, кома.

**Отравление наступает быстро** – остановка сердца, отказ почек.

## **БЕЗВРЕДНОСТЬ СНЮСА ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ!**

Производители распространяют такой миф о снюсе и его продуктах- что он может снижать тягу к курению и даже помогает справиться с табачной зависимостью. Истиной является только первая часть мифа- снюс действительно может сократить количество выкуриваемых сигарет до минимума или даже можно вовсе бросить курить сигареты. Однако вторая часть мифа- полнейшая ложь, так как желание курить сменится тягой к употреблению снюса и никотиновая зависимость никуда не денется.

**Привыкание при приеме снюса и нетабачного никотина возникает намного быстрее, практически молниеносно, и зависимость от никотина выражена в большей мере.**

Вопрос: Как бросить?

Ответ: Главное ваше желание и сила воли! После того как вы бросите употреблять данные вещества вы почувствуете: **РАДОСТЬ И ГОРДОСТЬ ЗА СЕБЯ, УВЕРЕННОСТЬ В ОКОНЧАТЕЛЬНОМ РЕШЕНИИ ЭТО СДЕЛАТЬ.**