

- Разумеется, если произошло отравление снюсом, становится не до бесед. Первое, что нужно сделать, – немедленно вынуть пакетик изо рта подростка. Никотин стремительно всасывается в кровь и может вызвать сильное психомоторное возбуждение, нарушение сердечного ритма, повышение давления. Если эти признаки обнаружены, нужно немедленно вызвать скорую. Ребенок должен быть как можно скорее доставлен в отделение интенсивной терапии или токсикологический центр.
- Ведите здоровый образ жизни сами и воспитывайте в своих детях приверженность к ЗОЖ.
- Если вы бегаετε, берите ребенка на пробежку, если умеете кататься на коньках, ходите всей семьей на каток.
- Для того чтобы подросток не начал употреблять снюс, сигареты или наркотики, не оставляйте ему ни минуты для безделья и рискованного поведения.
- Будьте с ним, организуйте его досуг так, чтобы ему не было скучно и было некогда даже думать о пагубных привычках.

**Кроме нас самих никто не сможет уберечь наших детей.**

«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»

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### «УБИЙСТВЕННАЯ» МОДА

### СНЮС и нетабачный НИКОТИН.



В последнее время мы всё чаще сталкиваемся с тем, что подростки подсаживаются на снюс и нетабачный никотин. Такая же ситуация во многих спортивных секциях. При этом многие родители даже не слышали такого слова и не знают что это такое. А вот дети в курсе...

### **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».

**Важен ведь не термин, важна суть!**

Снюс-бездымный и нетабачный никотин, который выпускается в разных формах и применяется как сосательный табак (никотин). Его в виде порционных пакетиков и рассыпного табака (никотина) помещают между десной и верхней (иногда нижней) губой на 5-30 минут для того, чтобы никотин всасывался в кровь и поступал в организм, минуя гортань и легкие.

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.

**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 АД, бледность, судороги, кома).

**Что необходимо знать родителям  
Как выглядит**

Выглядит как маленький чайный пакетик (размером примерно 10 на 20 мм). Иногда дети используют его по много раз и прячут, заворачивая в фольге.

Продается в табачных отделах и магазинах. Чаще в виде круглых баночек в форме шайбы. Закладывают такой пакетик под верхнюю губу или под язык и рассасывают.

Часто снюс или нетабачный никотин продают старшие ребята более младшим подросткам. Иногда заставляют пробовать его, как бы угощая, чтобы «подсадить» и в дальнейшем продавать. Иногда угощают, а потом требуют деньги, раз взял. Часто дети просто боятся рассказать об этом родителям. Добровольно такие «продавцы»

от своего дела никогда не откажутся. Необходимо вмешательство взрослых.



**Снюс у молодежи сейчас в моде.**

Производители распространяют такой миф о снюсе и его продуктах- что он может снижать тягу к курению и даже помогает справляться 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 закладыванию табака (никотина) за губу 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.**

Попытку заменять сосательным табаком (никотином) курение, можно сравнить с попыткой отказаться от приема «легкого» наркотика путем «перепрыгивания» на более «тяжелый».

Кроме этого, наблюдения специалистов показывают, что многие поклонники снюса впоследствии вновь переходят на курение сигарет.

**Как узнать, что ребенок употребляет снюс или нетабачный никотин?**

Как правило, под верхней губой появляются воспаление и язвы. Меняется поведение: ребенок становится беспокойным и раздражительным в период отмены, а сразу после приема – вялым и сонным. Пропадает интерес к учебе, снижается успеваемость.

**Что делать, если вы обнаружили эти симптомы у ребенка?**

- Первое – родителям важно не впасть в панику. Найдите в себе силы спокойно обсудить с ребенком происходящее, обрисовать последствия и риски.
- Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок сам захотел избавиться от этой вредной привычки, и предложите ему помощь и всестороннюю поддержку в этом. Будьте терпеливы и тверды в своем решении.
- Проявляйте больше внимания к жизни ребенка. Вы как родитель должны знать, с кем он общается, чем интересуется, как и где проводит время в интернете.