



«Чем опасен снюс»

Снюс – один из видов бездымного табака. Он изготавливается из измельченных табачных листьев, которые пакуют в пакетики. В последнее время появился снюс в виде зубочисток и жевательных конфет, что особенно опасно. При употреблении никотин и другие вещества высвобождаются из снюса в слюну, при этом сразу попадают в кровоток, всасываясь через слизистую полости рта.

Снюс содержит более 30 химических веществ, с потенциальным канцерогенным эффектом. Самые опасные из них – **нитрозамины**, они образуются еще при производстве, в процессе ферментации табака.

ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ БЕЗДЫМНОГО ТАБАКА

Первое, с чем столкнется потребитель снюса – это побочные эффекты в виде сильного местного жжения слизистой ротовой полости, тяжести в голове, апатии, резкого слюноотделения и головокружения.

Употребление бездымного табака – доказанная причина развития онкологических заболеваний полости рта, поджелудочной железы, пищевода и легких.

Длительное использование бездымного табака приводит к парадонтозу, разрушению зубов, появлению зловонного запаха изо рта, тахикардии, гипертонии, бесплодию.

Снюс является причиной остановки роста.

У потребителей этого вида табака наблюдается повышенная агрессивность и возбудимость и, наоборот, апатия и эмоциональная дисфункция.

Снюс приводит к ухудшению когнитивных процессов, нарушению памяти и концентрации внимания.

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.

Немедленно сообщите взрослым (родителям, учителям) о том, что 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!

