



Что входит в состав снюса?

Наркотик состоит из: табака; воды (нужна для увлажнения и более комфортного рассасывания), соли (играет роль природного консерванта и усилителя вкуса), консервантов (многие компании используют консерванты для разбавления табака и снижения стоимости смеси, а также для более долгого хранения), ароматизаторов и пищевых добавок усиливают вкус и придают наркотику приятный запах.

Внешне снюс выглядит как кашеобразная растительная смесь белого или коричневого оттенков.

Какие бывают разновидности снюса?

По типу упаковки и наличию добавок различают такие **виды снюса**:

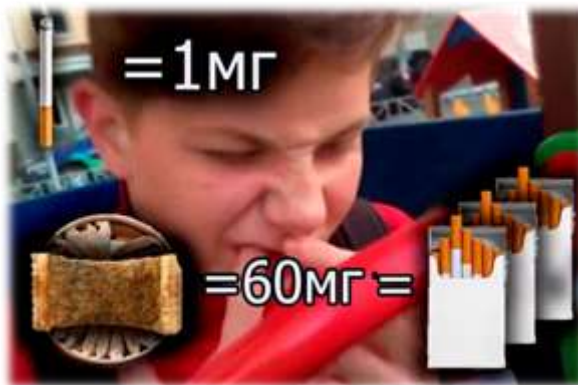


- **Порционный.** Для удобства приема производители фасуют табачную смесь в небольшие полупрозрачные пакетики.

- **Рассыпной.** Недозированную табачную смесь фасуют в плотные коробочки из вощеного картона.

- **С добавками.** Многие производители добавляют в табачную смесь ароматизаторы и усилители вкуса.

По последним исследованиям национального института рака NCI в США, в снюсе содержится как минимум 28 канцерогенных веществ, которые вызывают мутацию клеток и провоцируют рак.



!МИФ!

- замена сигарет на жевательный снюс помогает справиться с никотиновой зависимостью -

Зависимость лишь усиливается из-за более высокого содержания никотина в снюсе и более продолжительного времени употребления. Снюс рассасывают 30-60 мин, и всё это время организм впитывает никотин.

Какой механизм действия снюса?

По своему действию снюс – **наркотик-психостимулятор**. При рассасывании или жевании никотин из табачной смеси впитывается через слизистые ротовой полости в кровь и попадает вместе со слюной в желудок, где через стенки желудка тоже попадает в кровоток. Кровь быстро разносит наркотик по всему организму, и никотин попадает в головной мозг. Там он блокирует м-холиновые рецепторы мозга, что приводит к выбросу адреналина и глюкозы в кровь.

Адреналин сужает сосуды и ускоряет сердцебиение, повышает мышечный тонус, снижает аппетит, приводит к нервному перевозбуждению с чувством тревожности и смутного беспокойства.

Глюкоза провоцирует повышение уровня «гормона удовольствия» дофамина – поэтому при употреблении снюса человек ощущает наслаждение. Но при резком выбросе глюкозы активно вырабатывается инсулин – гормон, который регулирует ее уровень в крови. Резкие перепады уровня глюкозы провоцируют стресс, раздражительность и тревожность, а также усталость после окончания действия никотина.



Как понять, что человек принимает снюс?

- **Поведение.** Частые движения лицевых мышц, характерные для жевания или рассасывания, легкое нервное возбуждение, перепады настроения, нетипичная раздражительность и тревожность, рассеянность и снижение трудовых/учебных показателей.

- **Физические изменения.** Резкая потеря веса, землистый и сероватый цвет лица, темные круги под глазами, частые жалобы на головную и сердечную боль, частые проблемы с зубами.



Изменения в работе организма

вызывают специфический синдром отмены – **ломку от снюса:**

- Резкие перепады настроения;
- Тревожность и раздражительность
- Усталость и сложности с концентрацией внимания
- Бессонница или чрезмерная сонливость
- Резкий подъем аппетита, быстрый набор веса
- Головные боли, частое головокружение
- Частые скачки давления
- Частые сбои сердечного ритма
- Нервное дрожание конечностей

На начальной стадии никотиновой зависимости пик ломки приходится на 3-5 день отказа, и сама ломка проходит за 1-1,5 недели. При длительной зависимости синдром отмены может продолжаться до 1-2 месяцев.

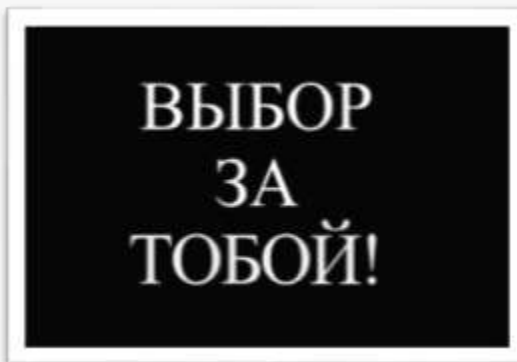


Высокое содержание никотина быстро вызывает стойкую зависимость, а канцерогенные вещества в его составе приводят к развитию рака.

Но такое ограничение не остановило любителей снюса.



Выбирая между сигаретами и снюсом, вы выбираете между раком легких и раком желудка.



МОУ «МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ №1
Г. ДОНЕЦКА»

2019

СНЮС – ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ.



Никотин – это вещество-инсектицид. Табачное растение вырабатывает его как яд для защиты от насекомых.

Чем опасен снюс?

- **Сахарный диабет** Прием снюса вызывает перепады уровня сахара в крови, нарушает углеводный обмен и провоцирует сахарный диабет.
- **Тяжелые патологии сердца и сосудов** Никотин в составе наркотика снюса разрушает стенки сосудов и провоцирует образование атеросклеротических бляшек, ведет к развитию гипертонии, многократно повышает риск инсульта и инфаркта.
- **Язвенные поражения десен.** Болезненно влияние снюса и на ткани ротовой полости – наркотик обжигает и разрушает нежные слизистые оболочки, вызывает развитие язвы.
- **Поражение органов ЖКТ и рак.** Глотание табачной слюны или случайное проглатывание пакетика с табаком вызывает серьезные пищевые отравления и расстройства кишечника, провоцирует язву желудка. Но главное – снюс вызывает онкологические заболевания.