

# ЧТО ТАКОЕ СНЮС И ЧЕМ ОН ОПАСЕН?



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГБПОУ «СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»  
ЦЕНТР ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



# ЧТО ТАКОЕ СНЮС?

Это один из видов бездымного табака. Он изготавливается из измельчённых табачных листьев, которые пакуют в пакетики, и при использовании помещают между десной и губой.

Слюна, смачивая содержимое, экстрагирует из него никотин. Никотин всасывается через слизистую и попадает в кровь.

Так же среди школьников набирают популярность никотиновые леденцы и снюсы — смесь жевательного (сосательного) табака.



# ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СНЮСА



Снюс, как и сигареты, вызывает никотиновую зависимость.

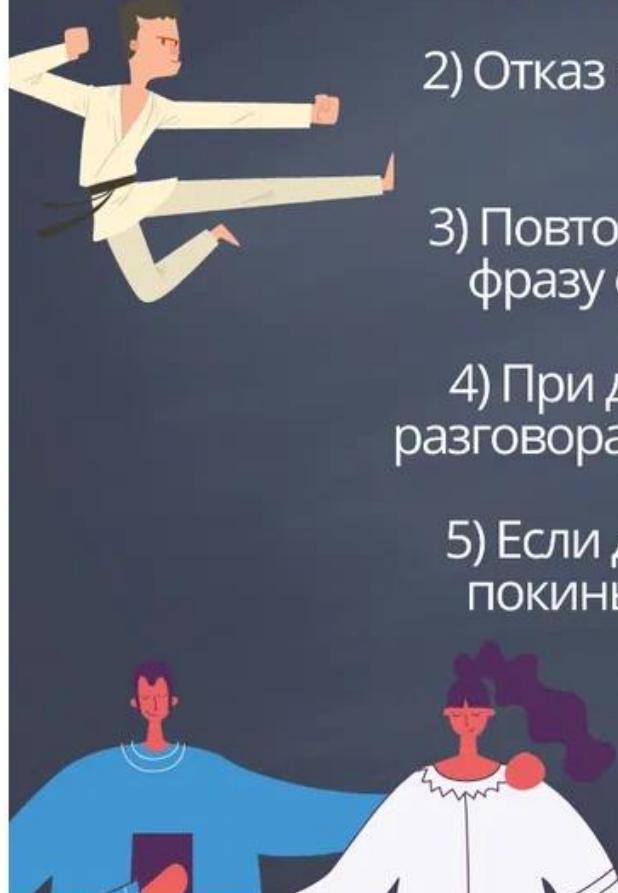
Привыкание при приеме снюса возникает намного быстрее. Зависимость от никотина выражена в большей мере. Даже при попытках держать снюс во рту всего 5 – 10 минут в кровь поступать большая доза никотина.

При сосании табака никотин попадает в мозг минуя бронхи и легкие намного быстрее.

В порции снюса содержится в 5 раз больше никотина, чем в сигарете. Именно поэтому зависимость от сосательного табака развивается быстрее и проявляется сильнее. Нередко справиться с такой зависимостью без помощи специалиста просто невозможно.

# КАК ПОДРОСТКУ ОТКЗАТЬСЯ ОТ УГОВОРОВ ПОПРОБЫВАТЬ СНЮС

- 1) Сразу встаньте на свою позицию
- 2) Отказ всегда начинайте со слова «НЕТ»
- 3) Повторяете вновь и вновь свою фразу отказа, это мое решение
- 4) При давлении – откажитесь от разговора «Я не хочу об этом больше говорить»
- 5) Если давление продолжается – покиньте место или компанию



## МИФ

- Снюс менее вреден, чем сигареты
- Не вызывает зависимости
- Не содержит химических веществ
- Не провоцирует рак легких и другие заболевания



## РЕАЛЬНОСТЬ



- Содержит токсические вещества с канцерогенным эффектом
- Вызывает сильную зависимость
- При употреблении снюса в организм поступает в десятки раз больше никотина, чем при курении сигарет