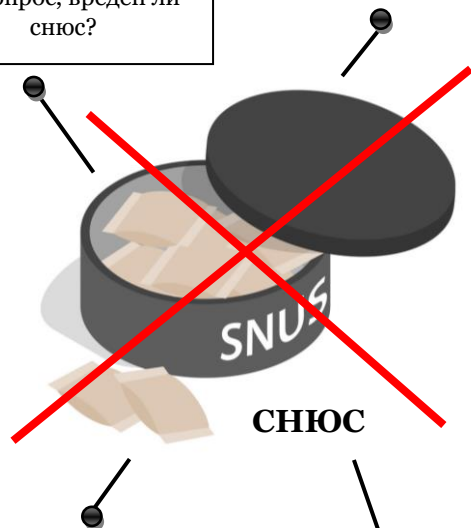


Одна порция снюса содержит в 5 раз больше никотина, чем сигарета. Поэтому у людей, потребляющих жевательный табак, **быстрее развивается привыкание**, причем одновременно и физическое, и психологическое. Все это и является ответом на вопрос, вреден ли снюс?

Снюс состоит из табака, соли (или сахара), соды и воды. Все эти вещества не являются наркотическими и поэтому сосательный табак нельзя считать наркотиком, однако он оказывает очень вредное воздействие на организм и возникающая на фоне его приема **никотиновая зависимость** нуждается в лечении.



СНЮС

При попытке прекратить длительное употребление этого табака развивается синдром отмены. Последствия такого состояния не заставят себя ждать. **Подросток становится агрессивным, постоянно находится в депрессии, страдает от бессонницы и пищеварительных нарушений.** Все это является признаками сильнейшей никотиновой ломки.

Использование жевательного табака **негативно сказывается на сердечнососудистой системе**, приводит к повышению артериального давления, проблемам с полостью рта: воспалениям, заболеваниям дёсен, кариесу.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ?

1. При обнаружении у ребенка баночек со снюсом, в первую очередь **следует успокоиться**. В такой ситуации неэффективно прибегать к наказаниям и скандалу. Это может разозлить подростка, что вынудит его идти вам наперекор, подорвет ваши доверительные отношения.
2. **Спокойно обсудите проблему** с ребенком, расскажите ему о негативных последствиях употребления снюса.
3. **Не запугивайте ребенка**, не предоставляйте ему недостоверную информацию о вреде снюса. Говорите честно и открыто.
4. Четко **обозначьте свою позицию** касательно употребления снюса, дайте ему понять, что вы не одобряете это. При этом не отвергайте его, **не отказывайте ему в помощи и поддержке**.
5. Расскажите ребенку **о способах борьбы с никотиновой зависимостью**, выберите подходящий для него.
6. Родители могут и **имеют право обратиться в наркологический диспансер**. Детей со снюсовой зависимостью на учёт не ставят, так как вещество не относится к разряду наркотических. Детям просто помогают консультативно, если есть необходимость, то подключают дополнительно психологов, психотерапевтов к работе с ребёнком.
7. Выбор **метода лечения** никотиновой зависимости **определяется индивидуально** и зависит от многих факторов. Эффект лечения зависимости от снюса должен закрепляться психологической реабилитацией зависимого. Такой комплексный подход помогает снижать вероятность рецидивов в будущем.

Обратиться за помощью:

8 800 700-50-50 - круглосуточная Федеральная горячая линия по вопросам наркомании и алкозависимости.

8 800 551-07-01 – горячая линия помощи зависимым от наркомании и алкоголизма.

(343) 385-73-83 – круглосуточный телефон психологической помощи.

Все звонки для жителей Свердловской области, в том числе междугородние, абсолютно БЕСПЛАТНЫ!

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



ОПАСНАЯ «МОДА»

Психолого-педагогический отдел

Штырц Надежда Анатольевна
начальник отдела

Коробейникова Ольга Александровна
педагог-психолог

Насырова Татьяна Александровна
педагог-психолог

E-mail: psiho@dm-centre.ru

2019

КАК РАСПОЗНАТЬ, ЧТО РЕБЕНОК ИСПОЛЬЗУЕТ СНЮС

При никотиновой передозировке снюсом у подростка проявляются следующие характерные симптомы:

- при употреблении снюса у ребенка может наблюдаться повышенная возбудимость, переходящая в агрессию, сменяющаяся вялостью и заторможенностью;
- избыточное выделение слюны (иногда с кровью);
- подросток становится забывчивым, снижается физическая сила и выносливость;
- также при «передозировке» никотином у подростка появляется чувство головокружения, тошноты, кожа становится бледной и холодной, не исключены обмороки;
- отсутствие аппетита, головные боли, першение в горле, кашель;
- подросток может подолгу не спать и при этом пребывать в «приподнятом» настроении;
- иногда возникает эрозия или воспаления на деснах.



Вейп (Vape)

В процессе курения жидкость в картридже нагревается и превращается в аэрозоль, которая содержит токсичные вещества: формальдегид, свинец, никель, бензол и др. Они способны спровоцировать развитие хронической обструктивной болезни легких. Это постоянный кашель, выделение мокроты, нехватка воздуха.

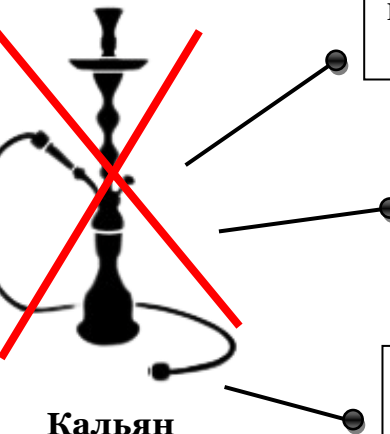
Состав жидкостей для электронных сигарет не регулируется никакими стандартами (нет сертификата ВОЗ). Заявленное на упаковке содержание никотина и других веществ, часто не совпадает с фактическим составом жидкости. Поэтому некоторые компании пренебрегают требованиями безопасности при изготовлении смесей для вейпов. Подросток, не зная, вдыхает ядовитые соединения и вещества.

Кальян

Процедура курения длится не 3-5 минут, а 1-2 часа, это сравнимо с тем, как бы вы выкурили 4 пачки сигарет разом.

Оксид углерода, содержащийся в кальянном дыме активнее, чем кислород вступает в связь с гемоглобином, что приводит к кислородному голоданию головного мозга.

Вода в колбе кальяне не очищает дым, даже после прохождения «водного фильтра» он содержит высокий уровень токсичных соединений, влияющих на сердце и легкие курильщика.



В состав курительной смеси входят такие вещества как:

- никотин – вызывает зависимость, угнетает нервную систему;
- пропиленгликоль – может вызвать аллергическую реакцию и проблемы с дыханием;
- глицерин – раздражает слизистую бронхов и гортани;
- ароматизаторы – вызывают ускоренное всасывание никотина в кровь, усиливая его поражающее действие.

В составе IQOS есть пластик, при его нагревании выделяются канцерогенные вещества, которые откладываются во многих внутренних органах. Особенно в зоне риска находится печень.

При частом курении у владельцев IQOS отмечается ухудшение здоровья, а именно: частые приступы мигрени, беспричинные боли в суставах, высыпания на коже.

Состав IQOS ничем не отличается от состава курительных смесей в других электронных распылителях, он так же вреден. Его отличие заключается только в том, что при курении нагреваются листья табака, при этом подросток получает ту же дозу никотина и вдыхает небезопасные канцерогены.

