

Подростки и снюс: в чем опасность и как уберечь от зависимости



Снюс – сосательный табак – появился в России в начале 2000-х. Запрет на него ввели в 2015 году, но торговцы нашли лазейку в законе и продолжают продавать его. Зависимость от «никотиновых конфет» часто возникает у школьников, угрожая их здоровью и жизни.

«Опасность снюса заключается в том, что часто он имеет форму, привлекательную для детей – леденцы с никотином, мармелад с никотином и даже кусочки настоящего манго с никотином. И все это – в яркой упаковке»

Как действует снюс?

Употребление снюса, как и курение сигарет, направлено на поступление в организм никотина. В жевательном табаке содержится намного больше никотина, чем в курительном. Однако в кровь попадает примерно одинаковое его количество. Через 30 минут после закладки порции снюса в крови определяется около 15 нг/мл никотина, а затем на протяжении длительного времени удерживается показатель 30 нг/мл. При этом в отличие от курения, при употреблении снюса в организм не попадает табачный дым и вещества, находящиеся в нем. Именно поэтому поначалу **употребление снюса** может казаться безопасным и менее вредным. Именно так оно и позиционируется производителями.

Зависимость от снюса

Снюс, как и табак для курения, неминуемо вызывает никотиновую зависимость. Многие специалисты уверены, что физическая и психическая зависимость от **снюса** намного сильнее и избавиться от нее крайне трудно. Именно поэтому по сложности лечения ее нередко ее ставят в один ряд, если не наркотической, то с алкогольной или табачной зависимостью.

Производители распространяют такой миф о снюсе – этот продукт может снижать тягу к курению и даже помогает справиться с табачной зависимостью. Истиной является только первая часть мифа – снюс действительно может сократить количество выкуриваемых сигарет до минимума или даже вы можете вовсе **бросить курить сигареты**. Однако вторая часть мифа – полнейшая ложь, так как желание курить сменится тягой к закладыванию табака за губу и никотиновая зависимость никуда не денется.

Привыкание при приеме снюса возникает намного быстрее, практически молниеносно, и зависимость от никотина выражена в большей мере. Даже при попытках держать **снюс** во рту всего 5 – 10 минут в кровь поступать большая доза никотина. Попытку заменять сосательным табаком 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.

Потенциал развития зависимости зависит от скорости поступления психоактивного вещества в головной мозг. При сосании табака никотин попадает в мозг, минуя бронхи и легкие, намного быстрее. Кроме этого, в самой распространенной среди потребителей 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 родителям распознать пристрастие к снюсу?

Симптомы отравления снюсом – это тошнота, рвота, понос, тремор, головная боль, головокружение. На губах и деснах могут возникнуть раздражение, ранки, язвы, а после употребления снюса ребенок может какое-то время сплевывать кровь. Никотин разрушает нервную систему, поэтому подросток может стать более раздражительным, чем обычно.

Как помочь ребенку, «подсевшему» на снюс?

«В первую очередь нужно посмотреть вместе с ребенком фильмы «Общего дела» **«Секреты манипуляции. Табак»** и **«Наркотики. Секреты манипуляции»**. В них рассказывается, какие средства манипуляции сознанием применяют табачные компании и наркоторговцы, чтобы втянуть детей в курение и наркоманию. Снюс зачастую производят те же табачные корпорации, которые производят и обычные сигареты, просто они расширяют свой ассортимент с целью увеличения прибыли. Но что бы они не продавали, в конечном итоге они продают зависимость. Через эти фильмы подросток осознает, как его обманом втянули в ту проблему, в которой он оказался», – сказал общественник.



После фильмов нужно дать ребенку полноценную достоверную научную информацию о вреде никотина и снюса, а затем посмотреть с ним еще один фильм «Общего дела» – «**Четыре ключа к твоим победам**». Он создает у подростков мощную мотивацию к личностному развитию и отказу от вредных привычек. Все фильмы на **Youtube-канале** «Общего дела» бесплатны для просмотра.

Голословными запретами ничего не добьешься. Родителям необходимо сформировать у детей правильную научную систему знаний о вреде алкоголя, никотина, снюса и других наркотиков. В этом плане можно посмотреть дома вместе с детьми фильмы и мультфильмы общественной организации «Общее дело», такие как «**Тайна едкого дыма**», а также почитать книгу доктора медицинских наук Федора Углова «Правда и ложь о разрешенных наркотиках».

«Правильная система знаний о вреде психоактивных веществ станет своего рода информационным иммунитетом для детей. Этот иммунитет пригодится в будущем – в тот момент, когда кто-то предложит попробовать ребенку что-то вредное, ребенок найдет аргументы, чтобы отказаться»