

## ***Внимание, родителям!***

Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми и счастливыми.

Сейчас набирает популярность новая угроза для здоровья подрастающего поколения - снюсы.

### ***Что такое снюс и почему он так опасен?***

**Снюс** — является изделием на табачной основе, обладающим измельченной формой и увлажненной структурой.

В России он начал продаваться в начале 2000-х и распространился среди подростков. В конце 2015 года появился запрет на оптовую и розничную торговлю им. Штраф для нарушителей-граждан составил от 2 тыс. до 4 тыс. рублей, для должностных лиц — от 7 тыс. до 12 тыс., для юрлиц — от 40 тыс. до 60 тыс. рублей.

Однако появилась альтернатива: бестабачная смесь с добавлением никотина, которая не подпадает под закон и продается без ограничений. Это могут быть как пакетики со смесью, так и леденцы, пастилки. Неофициально их также называют снюсом. Продается снюс открыто и законно в табачных и кальянных лавках.

В отличие от снюса, никотиновые смеси не имеют горького привкуса табака, имеют приятные вкусы (фруктов, ягод, кока-колы), что приводит к полному поглощению дозы никотина.

***В чем опасность снюса?*** Вместе со слюной никотин в высоких концентрациях очень быстро попадает в кровь и в мозг. Один мешочек снюса в среднем содержит около 40 мг никотина, такую же дозу можно получить, выкурив одновременно две пачки традиционных сигарет. Это очень большая доза, которая может привести к острому отравлению никотином, а впоследствии — к судорогам и нарушению дыхания. Употребление снюса вызывает привыкание. Долговременное потребление снюса ведет к разрушению десен. Так как в снюсе содержится щелочь, разъедающая слизистую десен. А так же раздражение гортани и проблемы с зубами (разрушение зубов, кариес). ***Самые частые последствия и признаки употребления:*** парадонтоз, разрушение зубов, тахикардия, гипертония, головокружение и головные боли, неприятный запах из рта, остановка роста, повышенная агрессивность и возбудимость, ухудшение когнитивных

процессов, нарушение памяти и концентрации внимания, снижение иммунитета, ожоги полости рта.

***Самые тяжелые последствия от употребления СНЮС:*** развитие рака полости рта, рака поджелудочной железы, рака пищевода, и рака легких.

***Как определить факт употребления снюса?***

Так как снюс является никотиновой смесью без запаха, определить можно по следующим признакам:

- активность, сменяющаяся на заторможенность;
- потеря аппетита;
- кашель;
- бессонница;
- раздражительность.

**Уважаемые родители!**

Вы, безусловно, самые близкие и значимые для ребенка люди. Вы испытываете беспокойство за настоящее и будущее своего ребенка. Будьте внимательны и бдительны: беда может прийти неожиданно для вас.