

***Информация для педагогов и родителей о снюсах***

**Снюс** - это табачное изделие, предназначенное для рассасывания или разжевывания. Продается в табачных киосках или распространяется подростками среди сверстников, учащихся младших и средних классов. В настоящее время употребление снюса носит характер эпидемии.

Снюс – это никотиносодержащее вещество. Так же там содержится сахар, вода, сода, крахмал для консервации и ароматизатор для улучшения запаха. Никотина содержится в снюсе в десятки раз больше, чем в одной сигарете. Употребляя один пакетик снюса, подросток получает дозу никотина, которая равна 2-3 пачкам выкуренных сигарет. Кроме того, негативный эффект обусловлен действием около 30 канцерогенных соединений, содержащихся в снюсе: радиоактивный полоний, никель, нитрозамин и т.д.

Снюс употребляют путем закладывания за щеку или жевания. По своему действию снюс - это наркотик-психостимулятор. За счет быстрого всасывания никотин, минуя легкие, попадает в кровь. Отравление никотином происходит в 2 этапа: в течение **первых 15-60 минут** после употребления наступают симптомы, связанные с его стимулирующим эффектом: избыточное количество слюны во рту, тошнота, рвота, потеря аппетита, головокружение, головная боль, тремор, дезориентация, повышенное потоотделение, учащение пульса и дыхания, повышенное кровяное давление. После первого этапа наступает **стадия угнетения**: низкое кровяное давление, поверхностное дыхание, слабость, бледность кожных покровов. В крайних случаях могут развиваться судороги и кома. Таким образом, **последствия употребления снюса** такие же, как и при курении сигарет, только в десятки раз сильнее, а также **формирование зависимости** - психической и физической. Последствия употребления, помимо развития зависимости, - замедление роста и развития ребенка, нарушение когнитивных функций, концентрации внимания, ухудшение памяти, появляется вспыльчивость, раздражительность, проблемы в обучении и в общении с родителями и сверстниками.

**Употребление снюса – это начало аддиктивного поведения, переход на употребление других более сильных психоактивных веществ.**

**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 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.