



Снюс – вид табачного изделия. Это бездымный табак, предназначенный не для курения, а для жевания. Табак является основным ингредиентом снюсов. За счет добавления воды он слегка увлажнен. Также в качестве консервантов в смеси добавляют соль (иногда сахар), соду и синтетические ароматизаторы для придания вкуса (например, ментола, шоколада и т. д.). Наибольшей популярностью пользуется бездымный табак, расфасованный в мелкие порционные пакетики, которые при употреблении закладываются между губой и десной.

Родиной снюса называют Швецию. Там он известен с середины XVII века и пользуется популярностью именно как аналог «дымному» табакокурению. Шведы, пожалуй, единственные, кто на протяжении столетий верны «национальному продукту». Потому что на сегодняшний день антитабачное законодательство других стран Евросоюза официально запрещает ввоз и продажу снюсов.

В состав снюсов входит никотин – вещество, которое формирует зависимость. Доза никотина в одном пакетике в разы больше, чем в самой крепкой сигарете. При этом табачная смесь держится за губой гораздо дольше, чем выкуривается сигарета, – не менее 30 минут. В бездымном табаке никотина гораздо больше, чем в сигаретах, поэтому никотиновая зависимость наступает значительно быстрее. В пакетике снюса содержание никотина достигает порядка 70 мг на 1 г табака, в одной сигарете в среднем 6-8 мг, в самых крепких марках – до 15 мг на 1 г табака.

От негативного воздействия табака не спасает даже отсутствие дыма.

Снюсы содержат около 30 химических веществ, обладающих канцерогенными свойствами. Это те вещества, которые способны провоцировать развитие онкологических заболеваний: рака поджелудочной железы, ротовой полости, горла, пищевода и т. д.

Употребление снюсов чревато не только развитием стойкой зависимости, но и любыми физическими последствиями: от повышения артериального давления до анафилактического шока вследствие мощной реакции организма на синтетические ароматизаторы, входящие в состав табачных смесей.

В нашей стране основными потребителями снюсов, к сожалению, являются молодежь и подростки – от 13 до 25 лет. Среди молодого поколения употребление снюсов считается безопасным и модным. Именно подростки чаще всего становятся жертвами собственного любопытства и если употребление снюсов опасно для любого человека, то для подростков оно опасно особенно.

Употребление снюса может вызывать как психические изменения (снижение концентрации внимания, ухудшение памяти, раздражительность, агрессивность), так и нарушения со стороны желудочно-кишечного тракта (тошнота, рвота, диарея) и сердечно-сосудистой системы (усиление или замедление сердцебиения, изменения артериального давления). Употребление снюса может провоцировать головные боли.

Содержащийся в снюсах в высокой концентрации никотин - это стимулятор, который повышает агрессивность и способствует эмоциональной неустойчивости.

Употребление снюса ребёнком может привести к интоксикации организма никотином. Отравление никотином может также привести к тошноте, рвоте, диарее, повышенному слюноотделению, проблемам с дыханием и судорогам. Тяжёлая передозировка более опасна и сопряжена с риском смерти. В случае обнаружения симптомов острого отравления важно вовремя обратиться за медицинской помощью.

При формировании зависимости и привыкания необходима консультация специалиста (детский психиатр, психолог).

Бросать курить с помощью снюсов - все равно, что пытаться «перепрыгнуть» с легкого наркотика на более тяжелый. Ведь никотиновая зависимость при этом не исчезает.

Исключите стимулирование организма с помощью никотина или других активных веществ. Ведите здоровый образ жизни, занимайтесь спортом и всегда будете в форме.

Врач психиатр-нарколог

А.В. Синкуть