Снюс: мифы и реальность

Компании-производители снюса заманивают доверчивую молодёжь (в основном подростков) тем, что жевательный табак не оставляет специфического запаха изо рта или от одежды и в целом безопасен. Но умалчивают о том, сколько минусов в этом наркотике. Нижеприведённые мифы и реальные факты позволяют опровергнуть эту информацию.

**Миф 1.** **Снюсы — это не наркотик: состав не опасен, ничего запрещенного внутри нет.** Снюс — это психоактивное вещество, которое не входит в список сильнодействующих и психотропных. Но вред и опасность от их употребления не меньше. Снюс — это вид табачного изделия — размельченный увлажненный табак. Снюс содержит большую дозу никотина. В состав снюса входят также: вода — для увлажнения и более комфортного рассасывания, соль — играет роль природного консерванта и усилителя вкуса, консерванты — для разбавления табака и снижения стоимости смеси, для более долгого хранения, ароматизаторы и пищевые добавки, которые усиливают вкус и придают наркотику приятный запах.

 «Пастилку» помещают между верхней губой и десной на достаточно длительное время, от 5 до 30 минут. При этом никотин не попадает в легкие с дымом, а всасывается через слизистую оболочку рта, очень быстро оказывается в крови и, как следствие, в головном мозге.

**Миф 2. Он продается в магазине, значит, все нормально.** Этот товар не сертифицированный был запрещен, потому что признан видом сосательного табака. В феврале 2016 года производители снюса поменяли маркировку — сделали его жевательным табаком, и запрет снова сняли. Сигареты — товар сертифицированный, снюс — нет, то есть нельзя верить тому, что написано на упаковке, на 100%. Но даже если поверить, дозировка все равно огромная. В самой крепкой сигарете содержится до 1,5 мг никотина. В одной пластиночке может содержаться количество никотина, которое соответствует трем пачкам сигарет. Смертельная доза для ребенка массой от 46 до 60 кг — это 1 мг на 1 кг, поэтому ребенок, взяв в рот хотя бы одну пластиночку даже малой дозировки, может погибнуть.

**Миф 3. Снюс употребляют, чтобы бросить курить.** Снюс содержит большое количество никотина и гораздо быстрее вызывает никотиновую зависимость, нежели курение обычных сертифицированных сигарет. Исследования показали, что потребители снюса, перешедшие на него после сигарет, через некоторое время (для молодёжи в течение 2-4 лет) снова переходят на сигареты.

**Миф 4. Дети во дворе употребляют снюсы, но никто не умер.**Как говорят сами подростки, они успевают выплюнуть пластинку. Она вызывает очень сильное жжение губы, десны. Длительное время держать эту «пастилку» во рту невозможно, то есть, со слов подростка, если берешь максимальную дозировку, то снимаешь с пластинкой полгубы. Подростки сплевывают большое количество неприятной слюны, у них возникает тошнота, открывается рвота, а это уже состояние передозировки. Причем если подростки постарше, лет 16 — 17, сплевывают пластинку, то те, кто помладше, бывает, держат ее во рту до последнего — пластинка ведь ароматизирована (банан, малина и пр.). Так они получают передозировку, далее возможен летальный исход.

**Миф 5. Если подросток будет дозированно употреблять снюс, то ничего страшного не случится.** По своему действию снюс – наркотик-психостимулятор. При употребленнии снюса в дальнейшем человеку всё труднее без никотина справляться с дискомфортным состоянием в физическом и психологическом плане, так как количества естественного дофамина в организме уже слишком мало.

Поэтому при прекращении употребления наркотика развивается специфический синдром отмены (ломка). На начальной стадии никотиновой зависимости пик ломки приходится на 3-5 день отказа, ломка проходит за 1-1,5 недели. А при длительной зависимости синдром отмены может продолжаться до 2 месяцев.

**Миф 6. Взрослые не могут заметить, что подросток или ребенок употребляет снюс.** Явных признаков нет: от ребенка табаком не пахнет — пастилки ведь ароматические, с фруктовыми запахами. Но перемены очевидны в психическом плане: в перерывах потребления возникают нарушение настроения (апатия, раздражительность, агрессия). Ребенок начинает плохо учиться. Случаются конфликты в школе, с родителями, нарушается концентрация внимания, память.

Когда появляется физическая зависимость, круг интересов сужается только до снюсов. Возникает резкая потеря веса, сероватый цвет лица, тёмные круги под глазами, головные и сердечные боли, скачки артериального давления, проблемы с зубами. В перерывах между употреблением нарушается сон, аппетит, повышается потливость, появляется общая слабость, недомогание плюс перечисленные психические нарушения. Из-за большого количества никотина, длительно находящегося во рту, дополнительно возникает заболевание слизистых полости рта и всего желудочно-кишечного тракта.

Никотин –это вещество-инсектицид. Табачное растение вырабатывает его как яд для защиты от насекомых. Но человек использует его в других целях, забывая о последствиях употребления для здоровья или не желая их знать. Но они существуют, и весьма серьёзны:

— сахарный диабет — перепады уровня сахара в крови после приёма снюса нарушают углеводный обмен и провоцируют сахарный диабет;

— тяжелые патологии сердца и сосудов — никотин разрушает стенки сосудов и провоцирует образование атеросклеротических бляшек, ведет к развитию гипертонии, многократно повышает риск инсульта и инфаркта;

— язвенные поражения десен — наркотик обжигает и разрушает нежные слизистые оболочки, вызывает развитие язвы;

— поражение органов ЖКТ и рак — если сигареты главным образом разрушают легкие, то основные последствия снюса ощущают на себе органы пищеварения. Глотание табачной слюны или случайное проглатывание пакетика с табаком вызывает серьезные пищевые отравления и расстройства кишечника, провоцирует язву желудка. Но главное – снюс вызывает онкологические заболевания. Так, по последним исследованиям национального института рака NCI в США, в снюсе содержится как минимум 28 канцерогенных веществ, которые вызывают мутацию клеток и провоцируют рак. Поэтому, выбор между сигаретами и снюсом — это выбор между раком легких и раком желудка.