

**Федеральная служба по надзору в сфере
защиты прав потребителей и
благополучия человека**

**Федеральное бюджетное
учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии
в Республике Башкортостан»**

Шарифа ул. д. 7, г. Уфа, 450054 тел/факс (347)2376400 /2374248
E-mail: fguz@02.rospotrebnadzor.ru
<http://02.rospotrebnadzor.ru>
ОКПО 75824463, ОГРН 1050204212255,
ИНН/КПП 0276090570/027601001

25.10.2019 № 03-17297

На № _____ от _____

О направлении памятки «Что такое СНЮС и чем он опасен?»

Начальнику МКУ «Управление
образования муниципального района
Благовещенский район РБ»
Куликовой Е.А.
otobr.blag@yandex.ru

Начальнику МКУ «Отдел
образования муниципального района
Иглинский район РБ»
Габдуллину Ш.Р.
rcpiiglino@mail.ru

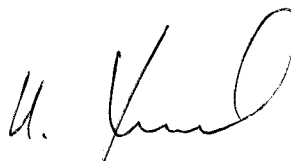
Начальнику МКУ «Управление
образования муниципального района
Нуримановский район РБ»
Мурзакаевой Г.Ш.
nuriman.roo2@mail.ru

Начальнику МКУ «Управление
образования администрации
муниципального района Уфимский
район Республики Башкортостан»
Идиятуллину Т.Х.
37ufimroo@mail.ru

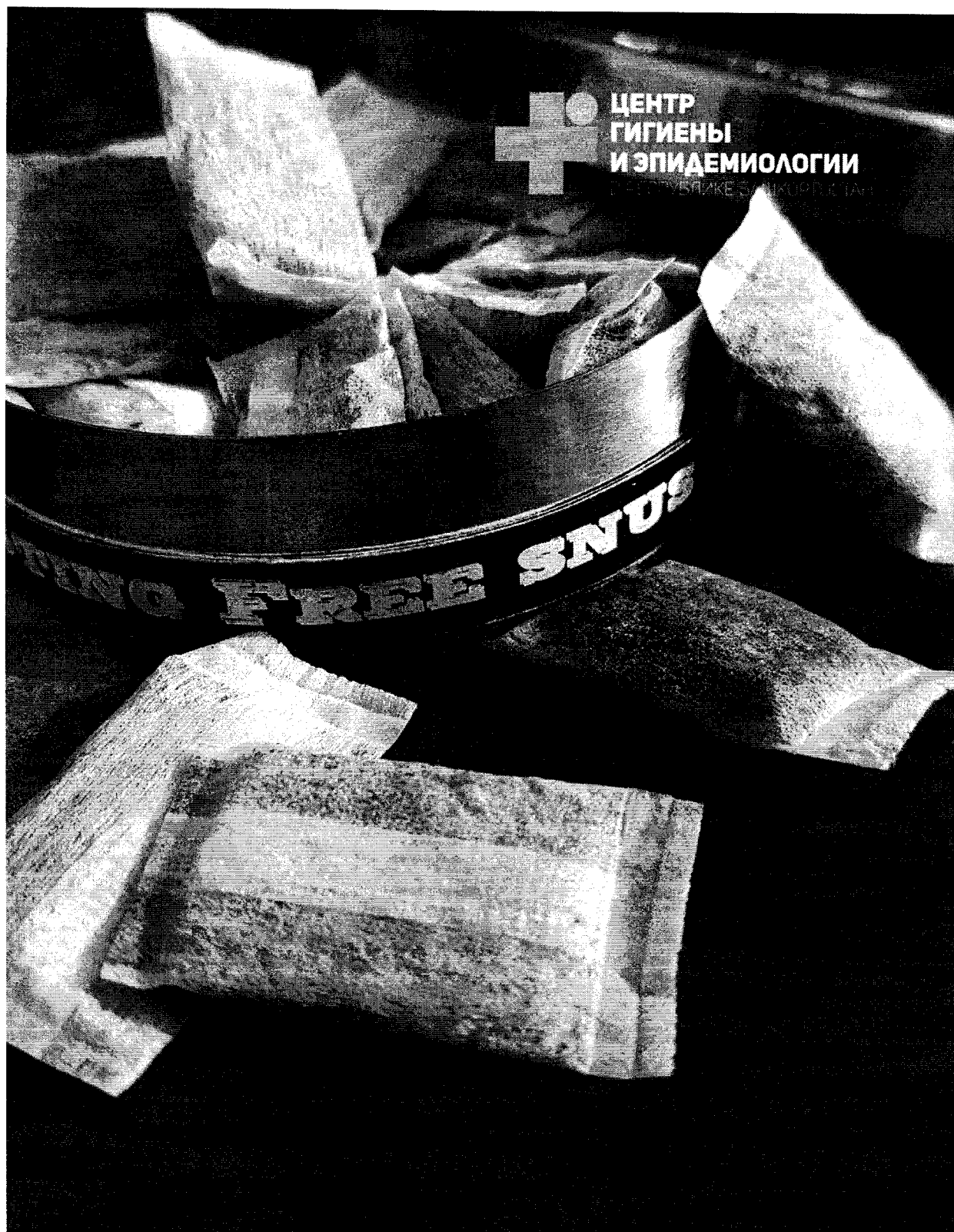
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» с целью предотвращения и прекращения потребления некурительной никотинсодержащей продукции детьми направляем памятку «Что такое СНЮС и чем он опасен?». Рассмотреть возможность распространения в образовательных учреждениях.

Приложение: 4 л. в 1 экз.

Врио главного врача



И.И.Хисамиев



ЧТО ТАКОЕ СНЮС И ЧЕМ ОН ОПАСЕН?

Осенью 2019 года сразу в нескольких регионах России были зафиксированы случаи отравления среди школьников, как предполагается – никотиновыми смесями. ЧТО ТАКОЕ СНЮС И ЧЕМ ОН ОПАСЕН?

Снюс – бездымный табачный продукт, жевательный табак.

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.

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СНЮСА

Снюс, вызывает никотиновую зависимость. Физическая и психическая зависимость от снюса намного сильнее и избавиться от нее крайне трудно, по сложности лечения нередко ее ставят в один ряд, если не с наркотической, то с алкогольной или табачной зависимостью.

Миф о снюсе – этот продукт может снижать тягу к курению и даже помогает справиться с табачной зависимостью, полнейшая ложь, попытку заменять сосательным табаком курение можно сравнить с попыткой отказаться от приема легкого наркотика путем «перепрыгивания» на более тяжелый.

Никотин попадает в мозг, минуя бронхи и легкие, намного быстрее, порции снюса содержатся в 5 раз больше никотина, чем в сигарете.

Критическая доза никотина

Важные аспекты, повышающие риск отравления – подростковый возраст, низкая масса тела, бездымный вид табачного продукта. Крепкие виды снюса содержат 40–55 мг никотина в 1 грамме продукта. Смертельная доза никотина – 0,5 – 1,0 мг на 1 кг массы тела.

Причины острой интоксикации:

- Продолжительность всасывания никотина. Несмотря на рекомендации производителей не закладывать снюс дольше чем на 30 минут, потребители часто увеличивают время до 1,5–2 часов.
- Отсутствие негативных симптомов. При сосании табачной смеси не возникает неприятных ощущений в дыхательных путях, а никотин всасывается медленно и постепенно. Поэтому его избыток долгое время не ощущается.
- Минимальные потери. В отличие от сигарет, никотин из снюса практически полностью всасывается в кровоток через слизистую полости рта, частично – через пищеварительный тракт.

Симптомы передозировки

- тошнота, обильная рвота
- усиленное слюноотделение или сухость во рту
- боли в животе
- посинение кожи
- одышка, учащенное сердцебиение



- расширение или сужение зрачков
- тремор конечностей
- тонико-клонические судороги
- угнетение сознания
- слуховые и зрительные галлюцинации, бред

ПОСЛЕДСТВИЯ ОТ СНЮСА

- Применение снюса почти в 100% случаев приводит к появлению неопухолевых поражений слизистой рта. Проведенные исследования показывают, что в снюсе выявляется до 28 канцерогенов. Это никель, нитрозамины, радиоактивный полоний-210. Они чрезвычайно опасны и повышают вероятность развития рака щек, десен и внутренней поверхности губ в 40 раз.
- По данным исследований из-за приема снюса риск развития рака поджелудочной в США возрос на 40%, а в Норвегии – до 67%. По данным других исследований, опубликованных в медицинском журнале «The Lancet», этот показатель повышает риск появления раковой опухоли в этой железе в 2 раза.
- Снюс может способствовать развитию рака молочной железы у женщин до 55 лет.
- Прием сосательного табака во время беременности категорически запрещается, так как он может вызывать преждевременные роды и негативно отражается на развитии плода.
- Прием сосательного табака приводит к появлению никотина в крови и способствует спазмированию и сужению сосудов. Такое их состояние повышает риск развития ишемической болезни сердца, артериальной гипертензии, атеросклероза и инсультов.
- Снюс существенно вредит зубам. Постоянное воспаление десен, разрушительное воздействие на эмаль – все эти факторы увеличивают вероятность развития кариеса и пародонтоза, способствуют потемнению и разрушению малых коренных зубов, резцов и клыков.
- Прием сосательного табака сопровождается сильным слюноотделением и слюна, смешиваясь с никотином и канцерогенами, поступает после проглатывания в пищеварительные органы. Из-за этого слизистые желудка и кишечника, как и при приеме жевательного табака, постоянно подвергаются раздражению, воспаляются и на них могут формироваться эрозии и язвы. Поступление в органы пищеварения канцерогенов повышает вероятность развития рака желудка и кишечника.



- Исследования показывают, что заядлые поклонники снюса могут принимать до 3 банок сосательного табака. Если он содержит сахар, то такое его поступление в организм повышает риск развития сахарного диабета в разы.
- Снюс содержит никотин и его употребление негативно отражается на потенции. При приеме сосательного табака кровеносные сосуды сужаются, и у мужчин не может достаточно кровонаполняться половой орган. По данным статистики регулярное и частое употребление любых табачных изделий повышает риск развития импотенции на 65%. Кроме этого, страдает и качество спермы и риск появления проблем с зачатием возрастает на 75%.

ЧЕМ ЕЩЕ ОПАСЕН СНЮС ДЛЯ ПОДРОСТКОВ?

Снюс особенно популярен среди подростков и молодежи. Среди этой категории он считается не только безопасным, но еще и модным. Кроме этого, некоторые подростки начинают употреблять именно снюс, так как его прием не так заметен родителям как курение сигарет.

Прием сосательного табака особенно опасен именно в подростковом возрасте, так как организм еще не сформирован окончательно. Снюс наносит такой вред:

- замедление и остановка роста;
- нарушение когнитивных процессов;
- ухудшение концентрации внимания и памяти;
- повышенная раздражительность и агрессивность;
- ослабление иммунитета и повышенная восприимчивость к инфекционным заболеваниям;
- более высокий риск развития онкологических заболеваний полости рта, желудка и поджелудочной железы.

ОТКАЗ ОТ СНЮСА

Бросить курить сигареты, а тем более отказаться от приема снюса, очень нелегко. Многим никотинозависимым для успеха необходима не одна, а несколько попыток для борьбы с пристрастием к табаку. Самостоятельные попытки только в 5% случаев оказываются успешными, и эта форма зависимости считается одной из самых непобедимых. Расстаться с ней можно только при комплексном подходе и проведении психологической реабилитации.

