

## **Бестабачные никотиновые смеси.**

По данным Министерства здравоохранения в последние годы произошло снижение числа потребителей сигарет, но появились новые напасти, которые в подавляющем большинстве своем представляют как «забаву», в виде электронных систем доставки никотина ЭСДН, жевательного табака, бестабачных никотиновых смесей (аналог классического снюса). Опытные табачные маркетологи, используя мифы о безопасности и даже «пользе» для потребителя, пытаются сформировать моду на бездымный табак и бестабачные никотиновые смеси. Основная целевая аудитория – подростки и молодежная среда.

### **НИКОТИНОВОЕ «РАБСТВО»:**

- СИГАРЕТЫ И СИГАРЫ
- ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ
- ЖЕВАТЕЛЬНЫЙ И СОСАТЕЛЬНЫЙ ТАБАК (В Т.Ч. НАСВАЙ, СНЮСЫ)
- БЕСТАБАЧНЫЕ НИКОТИНОВЫЕ СМЕСИ

Отличаясь по форме употребления, все эти «продукты» похожи в главном: вызывают зависимость, наносят вред здоровью и «съедают» определенную часть доходов.

С недавнего времени среди молодежи становится популярным употребление бестабачных никотиновых смесей (т.н. «снюсы», паки). Они выполнены на основе смеси мяты и других трав, пропитанных синтетическими солями никотина (табак там не используется). Роль государства в противодействии продвижению никотинсодержащей продукции решающая, поэтому необходимо принятие законопроекта, который приравнивал бы ее к табачным изделиям. Это повлекло бы за собой запрет на рекламу, продажу несовершеннолетним и прочие ограничения.

Распространенные мифы о бестабачных никотиновых смесях.

**Заблуждение 1: они безвредны.** Это не так: в состав такого пакетика входит повышенная доза никотина, в десятки раз превышающая количество никотина в сигарете. Напомним, что никотин - один из самых сильных ядов растительного происхождения, в равных количествах обладающий в 3 раза большей токсичностью, чем мышьяк! Поступая в организм в такой огромной дозе, он приводит практически к молниеносной зависимости. Впоследствии избавиться от такой зависимости окажется сложнее, чем избавиться от курения сигарет. А находясь в состоянии интоксикации, человек теряет самоконтроль, в результате чего может произойти несчастный случай (можно упасть с высоты, попасть под машину и т.п.)

**Заблуждение 2: никотин не представляет большой опасности.** Это не так. Во-первых, никотин вызывает сужение сосудов тела, вследствие чего повышается артериальное давление. Это особенно опасно для сердца и мозга, так как разрыв кровеносных сосудов здесь может привести к инвалидизации или смерти. Во-вторых, именно никотин вызывает химическую зависимость. В-третьих, в малых дозах действует возбуждающе на нервную систему, в больших – вызывает ее паралич, остановку дыхания, прекращение работы сердца. В-четвертых, хотя сам по себе никотин и не является канцерогеном, он может действовать как фактор, способствующий развитию опухолей.

**Заблуждение 3: помогает преодолеть зависимость при отказе от курения.** Это не так, так как никотин в любой форме употребления – психоактивное вещество, вызывающее привыкание.

**Заблуждение 4. «Если строго соблюдать инструкцию, то ничего плохого со мной не случится.»** Это не так. Даже если четко следовать инструкции, реакция организма может быть непредсказуемой, так как каждый организм имеет свои индивидуальные особенности. Кроме того, в состоянии начавшегося опьянения, сознательный самоконтроль за процессом утрачивается. Это приводит к интоксикации, отравлению и более тяжелым последствиям.

**Заблуждение 5. «Если другие употребляют, значит, я тоже могу».** Нужно понимать, что пример других людей не всегда является положительным, ведь все люди ошибаются, страдают от заблуждений и не всегда владеют правдивой информацией.

**Уважаемые родители и педагоги!** «Снюсы» - реальная, серьезная опасность для наших детей. Учите своих детей критически относиться к предложениям попробовать что-либо и старайтесь обсуждать с ними различные волнующие проблемы современного общества. Это способствует формированию самостоятельного и ответственного поведения ребенка и подростка.