

# НАРКОТИК СНЮС —

## состав, действие, последствия употребления

*В 2015 году Госдума России приняла закон о полном запрете продажи снюса – из-за высокого содержания никотина этот табак быстро вызывает стойкую зависимость, а канцерогенные вещества в его составе приводят к развитию рака. Но такое ограничение не остановило любителей снюса – наркотик теперь изготавливают и продают подпольно.*

### ЧТО ВХОДИТ В СОСТАВ СНЮСА?

Наркотик состоит из мелкорубленого табачного листа с примесями. Вот из чего сделан снюс помимо табака:

- **ВОДА:** Нужна для увлажнения и более комфортного рассасывания.
- **СОЛЬ:** Играет роль природного консерванта и усилителя вкуса.
- **КОНСЕРВАНТЫ:** Многие компании используют консерванты для разбавления табака и снижения стоимости смеси, а также для более долгого хранения.
- **АРОМАТИЗАТОРЫ И ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ:** Усиливают вкус и придают наркотику приятный запах.

Внешне СНЮС выглядит как кашеобразная растительная смесь белого или коричневого оттенков



## КАКИЕ БЫВАЮТ РАЗНОВИДНОСТИ СНЮСА?

По типу упаковки и наличию добавок различают такие виды снюса:

- **ПОРЦИОННЫЙ:** Для удобства приема производители фасуют табачную смесь в небольшие полупрозрачные пакетики. Наиболее популярные порции – полграмма, грамм и полтора-два грамма. Мужчины предпочитают стандартные и большие порции, а женщины – мини-дозировку. Также маркетологи компаний-производителей часто подчеркивают гендерное различие при помощи цвета смеси: оттенки коричневого для мужчин и оттенки белого для женщин.
- **РАССЫПНОЙ:** Недозированную табачную смесь фасуют в плотные коробочки из вощеного картона. Такую разновидность предпочитают опытные любители снюса за возможность самостоятельно подбирать нужную дозировку.
- **С ДОБАВКАМИ:** Многие производители добавляют в табачную смесь ароматизаторы и усилители вкуса. Наиболее популярные – ментол, эвкалипт, дыня, мята, малина, бергамот.



## СКОЛЬКО НИКОТИНА СОДЕРЖИТСЯ СНЮСЕ?

**Основной состав снюса – сортовой мелкорубленый табак, поэтому чистое содержание никотина в порции наркотика в 5 раз выше, чем в обычной сигарете.**

Среди курильщиков широко распространен миф о том, что замена сигарет на жевательный снюс помогает справиться с никотиновой зависимостью. Это не так. Зависимость лишь усиливается из-за более высокого содержания никотина в снюсе и более продолжительного времени употребления. Так, снюс держат в ротовой полости от 30 минут до часа, и все это время организм впитывает никотин. А сигарету курят за несколько минут, и при этом часть никотина в виде дыма растворяется в воздухе.

## КАК УПОТРЕБЛЯЮТ УПОТРЕБЛЯЮТ СНЮС?

Наиболее распространенные способы употребления снюса:

- **РАССАСЫВАНИЕ:** Пакетики со смесью помещают под верхнюю или нижнюю губу и рассасывают от получаса до часа.
- **ЖЕВАНИЕ:** Любители рассыпного и ароматизированного снюса часто разжевывают наркотик.

## СНЮС – МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ

По своему действию снюс – наркотик-психостимулятор. При рассасывании или жевании никотин из табачной смеси впитывается через слизистые ротовой полости в кровь и попадает вместе со слюной в желудок, где через стенки желудка тоже попадает в кровоток. Кровь быстро разносит наркотик по всему организму, и никотин попадает в головной мозг. Там он блокирует m-холиновые рецепторы мозга, что приводит к выбросу адреналина и глюкозы в кровь. Именно они формируют наркотическое действие снюса:

- Адреналин сужает сосуды и ускоряет сердцебиение, повышает мышечный тонус, снижает аппетит, стимулирует работу центральной нервной системы: вызывает чувство бодрости, но при этом приводит к нервному перевозбуждению с чувством тревожности и смутного беспокойства.
- Глюкоза провоцирует повышение уровня «гормона удовольствия» дофамина – поэтому при употреблении снюса человек ощущает наслаждение. Но при резком выбросе глюкозы активно вырабатывается инсулин – гормон, который регулирует ее уровень в крови. Он связывает сахар – и его уровень становится еще ниже, чем был до приема никотина. Такие резкие перепады уровня глюкозы провоцируют стресс, раздражительность и тревожность, а также усталость после окончания действия никотина.



## КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ЧЕЛОВЕК ПРИНИМАЕТ СНЮС?

К сожалению, жевательный (сосательный) табак «снюс» – особенно ароматический – практически не оставляет специфического запаха изо рта или от одежды, поэтому единственный прямой признак употребления снюса – наличие коробочки с табаком или порционными пакетиками.

Но выявить зависимого от снюса можно и по косвенным признакам:

- **ПОВЕДЕНИЕ:** Частые движения лицевых мышц, характерные для жевания или рассасывания, легкое нервное возбуждение, перепады настроения, нетипичная раздражительность и тревожность, рассеянность и снижение трудовых/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.

## СНЮС ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ

Из-за продвижения идей «безопасности» жевательного табака многие девушки в начале беременности переходят с сигарет на снюс.

### СНЮС КАТЕГОРИЧЕСКИ ПРОТИПОКАЗАН БЕРЕМЕННЫМ

Концентрация никотина в жевательном табаке очень высока, и вся эта доза попадает в кровотоки, даже частично не рассеиваясь в виде дыма (как это происходит с сигаретами). Так опасный яд в больших количествах воздействует на плод и вызывает серьезные нарушения развития его мозга, внутренних органов, строения тела. Также воздействие такого наркотика-психостимулятора на организм матери может вызвать выкидыш и преждевременные роды.



## СНЮС – ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Никотин – это вещество-инсектицид. Табачное растение вырабатывает его как яд для защиты от насекомых.

Маркетологи компаний-производителей снюса активно продвигают идею о «бездымном», а значит «безопасном» табаке, ведь, в отличие от сигарет, влияние снюса на легкие минимально. Но табак остается табаком вне зависимости от способа употребления. Поэтому список того, чем опасен снюс, пугает даже без поражения легких:

- **САХАРНЫЙ ДИАБЕТ:** Прием снюса вызывает перепады уровня сахара в крови, нарушает углеводный обмен и провоцирует сахарный диабет.
- **ТЯЖЕЛЫЕ ПАТОЛОГИИ СЕРДА И СОСУДОВ:** Никотин в составе наркотика снюса разрушает стенки сосудов и провоцирует образование атеросклеротических бляшек, ведет к развитию гипертонии, многократно повышает риск инсульта и инфаркта.
- **ЯЗВЕННЫЕ ПОРАЖЕНИЯ ДЁСЕН:** Болезненно влияние снюса и на ткани ротовой полости – 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.



Выбирая между сигаретами и снюсом, вы выбираете между раком легких и раком желудка.

**Бездымный ≠ Безопасный**



