«Что такое СНЮС и чем он опасен?» 

**Снюс – бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах и применяется как жевательный табак. Это вещество не является только табаком. В его состав входит табак, вода как увлажнитель, сода для усиления вкуса и соль или сахар как консервант. В некоторые смеси для дополнительного аромата добавляют эфирные масла листья других трав, кусочки ягод и фруктов.**

**Вред снюса оценивается как более сильный, чем от курения табака. Продается в порционном виде.** **Употребление снюса, как и курение сигарет, направлено на поступление в организм никотина. В жевательном табаке содержится намного больше никотина, чем в курительном. Через 30 минут после закладки порции снюса в крови определяется около 15 нг/мл никотина, а затем на протяжении делительного времени удерживается показатель 30 нг/мл. При этом в отличие от курения, при употреблении снюса в организм не попадает табачный дым и вещества, находящиеся в нем. Именно поэтому поначалу употребление снюса может казаться безопасным и менее вредным. Именно так оно и позиционируется производителями. Снюс, как и табак для курения, неминуемо вызывает никотиновую зависимость. Физическая и психическая зависимость от снюса,  намного сильнее и избавиться от нее крайне трудно.** **Привыкание при приеме снюса возникает намного быстрее, практические молниеносно, и зависимость от никотина выражена в большей мере.**

**При сосании табака никотин попадает в мозг, минуя бронхи и легкие, намного быстрее. Кроме этого, в самой распространенной среди потребителей порции снюса содержится в 5 раз больше никотина, чем в сигарете. Именно поэтому зависимость от сосательного табака развивается быстрее и проявляется сильнее. Нередко справиться с такой зависимостью без помощи специалиста просто невозможно.**

**Снюс не является наркотиком, однако он оказывает очень вредное воздействие на организм. Сосание снюса почти в 100% случаев приводит к появлению неопухолевых поражений слизистой рта, способствующих развитию раковых заболеваний. Для подростков употреблением вещества очень опасно — последствия бывают достаточно плачевными:**

* **замедляются нормальные темпы роста;**
* **резко меняется настроение — от апатии к агрессии и наоборот;**
* **страдает мозг — ухудшается память, угнетаются когнитивные функции;**
* **повышается риск развития онкологических заболеваний;**
* **снижается иммунитет.**

***Не принимайте никаких психоактивных веществ.***

***Любите себя и  берегите своё здоровье!!!***