

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

для проведения родительского собрания по теме:  
«Никотинсодержащие препараты – новая угроза»

В настоящее время среди подростков и молодежи отмечается высокая распространенность употребления бестабачной никотинсодержащей продукции. После выхода 23 февраля 2013 года закона № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» в стране появились ограничения мест курения, торговли табачными изделиями, запрет рекламы и прочие меры, направленные на снижение спроса на табачные изделия. Постепенно стали популярными некурительные табачные изделия. К ним относятся табачные изделия, предназначенные для сосания, жевания или нюханья и иных способов потребления, не связанных с курением – табак сосательный (снюс), табак жевательный, табак нюхательный, насвай и другие табачные изделия. Все они взаимодействуют со слизистой оболочкой ротовой области.

Среди подростков и молодежи особую популярность приобрел снюс. Молодые люди считают его не только безопасным (ввиду отсутствия табака), но еще и модным. Подростков привлекают перспективы «новых ощущений», навязанные рекламой и рассказами сверстников, которые уже употребляют данные смеси. Кроме этого, некоторые подростки начинают употреблять именно снюс, так как его прием не так заметен родителям, как курение сигарет.

Доступная цена («шайба» стоит 200–300 рублей), масса привлекательной рекламы в социальных сетях – и подростки становятся легкой добычей для тех, кому главное – продать. Все равно кому, все равно, с какими последствиями. Ктому же на пачках написано: «Не содержит табака». Это страшный обман! Ведь убивает не табак, убивает никотин. А в снюсах никотина не просто много, его чудовищно много!

### **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. Однако в кровь попадает примерно одинаковое его количество. Через 30 минут после закладки порции снюса в крови определяется около 15 нг/мл никотина, а затем на протяжении длительного 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. Привыкание при приеме снюса возникает намного быстрее, практически молниеносно, и зависимость от никотина выражена в большей мере.

### **ЧЕМ ОПАСЕН СНЮС ДЛЯ ПОДРОСТКОВ?**

Воздействие никотинсодержащей продукции на организм обусловлено высоким содержанием никотина. При рассасывании никотинсодержащей продукции, разовая доза никотина менее контролируемая и более высокая в сравнении с сигаретами. При регулярном употреблении никотинсодержащей

продукции быстро развивается зависимость от никотина, появляются расстройства аппетита, работы органов пищеварения, увеличивается риск развития интоксикации организма.

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.

Даже недолгое употребление снюса подростком, вызывает снижение концентрации внимания и ухудшение памяти. Учитывая, что внимание и память являются предпосылками интеллекта, падает его учебная продуктивность, задерживается когнитивное развитие.

Молодежь считает, что курить сигареты или закидывать за губу пакетик снюса совсем не страшно - это же не наркотики принимать! Между тем, исследования ряда ученых показали, что употреблению наркотиков почти всегда предшествует употребление никотина и алкоголя. Это можно объяснить тем, что употребление одних одурманивающих веществ, фактически «снимает запрет» на употребление других. Сегодняшние потребители снюса – завтрашние зависимые от синтетики или других видов наркотики.

## **ПЕРЕДОЗИРОВКА ОТ СНЮСА**

### **1.) Острая:**

а) Лёгкая. При легкой форме отравления основные симптомы – тошнота, головокружение, головная боль, рвота. Как правило, такое состояние проходит спустя 1-2 дня и не требует врачебного вмешательства.

б) Тяжелая. Тяжелая передозировка более опасна и сопряжена с риском смерти. Ее проявления:

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.

### **2.) Хроническая**

При хронической никотиновой интоксикации периодически проявляется тошнота, головокружения, головные боли, одышка. Тяжелее протекают хронические

воспалительные процессы, постепенно проявляется дистрофия тканей и внутренних органов. Чаще всего человек не обращает внимания на симптомы или приписывает их общей усталости.

## **ВОПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ:**

### **«КАК УЗНАТЬ, ЧТО РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ СНЮС?»**

В первую очередь родители могут заметить изменение в поведении ребёнка. Вследствие употребления некурительных никотинсодержащих изделий может появиться повышенная раздражительность, быстрая утомляемость, нарушение сна и аппетита, повышенное слюноотделение, снижается школьная успеваемость. Эти признаки могут быть вызваны и другими причинами, поэтому важно постараться не утратить контакт с ребёнком и доверительно говорить с ним. Доказательством употребления могут быть пакетики со снюсом, шарики из неизвестного вещества, «странные» конфеты. Еще одним звоночком может стать странный запах от ребенка. Практически все снюсы ароматизированы. Запах чем-то напоминает кальянный. Для любого родителя не составит труда принюхаться к собственному чаду, к примеру, просто обняв его.

И, конечно, очень важна включенность родителей в жизнь ребенка. Нужно разговаривать с детьми, интересоваться их делами. Ведь главная работа всех пап и мам - любить своего ребенка и помочь ему научиться быть счастливым и здоровым.

### **«ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ СНЮС?»**

В первую очередь важно спокойно поговорить и узнать, что происходит с ребёнком, что для него значит употребление снюса, в чём ценность такого поведения. Необходимо постараться спокойно и уверенно объяснить, чем это опасно. Следует напомнить, что бестабачная никотиновая продукция - это очередной коммерческий продукт, производство которого направлено лишь на получение прибыли, оказывающий негативное воздействие на здоровье человека. Устраивать скандал нет смысла. Уговоры, крики и шантаж не помогут. Расскажите ребенку о своих чувствах и обозначьте свою позицию: «Я люблю и принимаю тебя, но я не приму твое употребление снюса или других никотинсодержащих препаратов!». Не нужно заниматься самолечением. Обратитесь за помощью к профессионалам. Чем раньше вы это сделаете, тем больше шансов помочь вашему ребенку.

### **«КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?»**

Государственное бюджетное учреждение Ростовской области «Наркологический диспансер» (ГБУ РО «Наркологический диспансер»)

344002, г. Ростов-на-Дону, ул. Баумана, 38 (вход с угла пер. Семашко).

Анонимный кабинет психиатра для детей и взрослых

Запись на прием:

1. По телефонам: 8(863) 240-42-57 и 8 903 402 70 24.

2. По E-mail: narkorostov@mail.ru

## **Территории обслуживания ГБУ РО «Наркологический диспансер»**

### **ГБУ РО «Наркологический диспансер»**

г. Ростов-на-Дону, ул. Баумана, 38. 8 (863) 240-42-57, [www.rostovnarkolog.ru/](http://www.rostovnarkolog.ru/)

гг. Ростов-на-Дону, Аксай, Батайск, Сальск

Песчанокопский, зерноградский, Родионово-Несветайский, Мясниковский, Егорлыкский, Сальский, Целинский, Багаевский районы

### **Азовский филиал ГБУ РО «Наркологический диспансер»**

346782, Россия, Ростовская область, г. Азов, ул. Пирогова, 9, тел 8 (86342) 44-755

г. Азов,

Азовский, Кагальницкий районы

### **Гуковский филиал ГБУ РО «Наркологический диспансер»**

347872, Ростовская обл., г. Гуково, ул. Кутузова, № 55, ул. Лазо, № 33, тел. 8 (86361) 5-93-04

гг. Гуково, Миллерово, Каменск-Шахтинский, Донецк, Зверево

Боковский, Миллеровский, Каменский, Кашарский, Тарасовский, Тацинский районы

### **Волгодонской филиал ГБУ РО «Наркологический диспансер»**

347381, Россия, Ростовская обл., г. Волгодонск, ул. Степная, дом № 181, тел. 8(86392) 7-63-88

гг. Волгодонск, Пролетарск, Морозовск, Цимлянск

Волгодонской, Дубовский, Зимовниковский, Пролетарский, Орловский, Заветинский, Морозовский, Милютинский, Обливский, Цимлянский, Ремонтненский районы

### **Таганрогский филиал ГБУ РО «Наркологический диспансер»**

347939, Россия, Ростовская область, г. Таганрог, ул. Сергея Шило, 239, корпус 1, тел. 8 (86343) 38-024

г. Таганрог

Неклиновский, Куйбышевский, Матвеево-Курганский районы

### **Шахтинский филиал ГБУ РО «Наркологический диспансер»**

346500, Россия, Ростовская область, г. Шахты, пер. Комиссаровский, дом № 95, тел. 8 (86362) 2-25-54

гг. Шахты, Белая Калитва, Новочеркасск, Константиновск, Красный Сулин, Семикаракорск. Новошахтинск

Белокалитвинский, Верхнедонской, Веселовский, Константиновский. Красносулинский, Мартыновский, Октябрьский, Семикаракорский, Усть-Донецкий, Чертковский, Шолоховский районы.