

КАК УБЕРЕЧЬ СВОЕГО СЫНА ИЛИ ДОЧЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ СНЮСА?

- Лучшее, что взрослый человек может сделать, чтобы всё это предотвратить, — выстроить доверительные отношения.
- Помните, что ребёнок с большей вероятностью скажет: «НЕТ», когда ему предложат попробовать СНЮС, если он не одинок эмоционально, если есть тёплая поддержка взрослого человека. Тогда вы сможете спокойно говорить на эту тему. Сначала соберите информацию сами. Потом расскажите о полученной информации ребёнку. Объясните, почему это плохо, какие могут быть последствия. Даже если ребёнок начнёт протестовать, то у вас выстроен доверительный контакт, и он вас услышит.
- Будьте примером своему ребёнку.
- Помогите ребёнку научиться понимать последствия своих действий.
- Стимулируйте участие Вашего ребенка в учебной или общественной деятельности, в спорте или музыке. Не заставляя его быть лучшим или всегда побеждать. Специальные меры обычно не нужны, когда подросток имеет позитивные увлечения. У него менее вероятно появление интереса к табаку, алкоголю или наркотикам, и его, вероятнее всего, не будет привлекать что-либо подобное.
- Обращайте внимание на окружение подростка и на группы, на которые он подписан в социальных сетях.
- Другой способ поддержать здоровый образ жизни и творческую активность — делать все вместе со своим ребенком. Этот способ позволяет достичь тесной духовной близости. Опыт свидетельствует, что дети чрезвычайно ценят время, проведенное со своими родителями, и те дела, которые сделали вместе.



ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СОСАТЕЛЬНОГО ТАБАКА РАЗВИВАЕТСЯ БЫСТРЕЕ И ПРОЯВЛЯЕТСЯ СИЛЬНЕЕ. НЕ РЕДКО СПРАВИТЬСЯ С ТАКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ БЕЗ ПОМОЩИ СПЕЦИАЛИСТА ПРОСТО НЕВОЗМОЖНО.

Помощь психолога:

Детский телефон доверия **8 800 2000 122**

Молодёжный телефон доверия
(круглосуточно, анонимно, бесплатно)
русская линия **52-96-96**
татарская линия **52-55-52**

МБУ «Центр психолого-педагогической помощи
детям и молодёжи «Диалог» **51-57-90**

Медицинская помощь:

Набережночелнинский наркологический диспансер
(круглосуточно) **38-04-10**

Республиканский Центр по профилактике и
борьбе со СПИД и инфекционными
заболеваниями: **34-74-40**

**Если Вы стали свидетелем
распространения СНЮСа несовершеннолетним
незамедлительно сообщите информацию**

Управление Роспотребнадзора по РТ:
рабочие дни **8(843) 272 80 33**
выходные и праздничные дни **8(843) 238 98 54**
Эл. почта **rpn.pitanie@tatar.ru**

УПРАВЛЕНИЕ ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ
ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ И МОЛОДЕЖИ
«ДИАЛОГ»

«ГУБИТЕЛЬНАЯ» МОДА

СНЮС

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ПОЧЕМУ ДЕТИ РЕШАЮТСЯ ПОПРОБОВАТЬ ВСЁ ЗАПРЕЩЁННОЕ?

Во-первых, из-за **атрибутики взросления**. Подросток думает, что если он покурит или выпьет спиртное, то пройдёт некую инициацию, станет взрослее и круче.

Во-вторых, **хочется быть как все**. Если в его окружении уже кто-то попробовал СНЮС, то ребёнку важно подтвердить свою принадлежность и сделать то же самое.

В-третьих, если **есть яркий конфликт со взрослым миром**, то ребёнок может захотеть сделать наперекор: «Раз вы мне это запрещаете, значит, я точно должен это попробовать».

СНЮС особенно популярен среди подростков и молодёжи.

Среди этой категории он считается не только безопасным, но ещё и модным. Некоторые подростки начинают употреблять именно СНЮС, так как его приём не так заметен родителями как курение сигарет.

СНЮС — бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах и применяется как сосательный табак.

Выглядит как маленький чайный пакетик (размером примерно 10 на 20мм). Иногда дети используют его по много раз и прячут, заворачивая в фольгу.



Может продаваться в табачных отделах и магазинах. Чаще в виде круглых баночек в форме шайбы.

Более того, в продажу поступает СНЮС в виде ароматизированных леденцов и конфеток, упакованных в коробочки.

Пакетик СНЮСА помещают между губой и десной и рассасывают, что делает его употребление незаметным для окружающих.

ЧАСТО СПРАШИВАЮТ: «ЯВЛЯЕТСЯ ЛИ СНЮС НАРКОТИКОМ?»

С точки зрения наркологии, ДА, является.

Потому что содержит никотин, который является наркотическим веществом. Потому что вызывает привыкание и пагубно влияет на организм.

Содержание никотина за один прием СНЮСА может достигать 50 мг — это доза, содержащаяся в двух и более пачках сигарет. СНЮС токсичнее обычного табака в 7-10 раз и очень быстро вызывает никотиновую зависимость.

- При сосании табака никотин попадает в мозг, минуя бронхи и легкие, намного быстрее.
- Никотин — это стимулятор, поэтому основным признаком интоксикации становится возбуждение.
- Подросток плохо спит, у него меняется аппетит, он становится эмоционально неустойчивым, преобладает агрессивное поведение.
- Тканевые клетки щёк, дёсен и внутренней поверхности губ делятся в попытке создать барьер никотину и другим веществам, но под влиянием канцерогенов становятся раковыми.

Потенциал развития зависимости зависит от скорости поступления психоактивного вещества в головной мозг.

Кроме того, такой табак очень канцерогенен. Снюс содержит **28** известных канцерогенов.

С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ЗАКОНА, ПРОДАЖА СНЮСА В РОССИИ ЗАПРЕЩЕНА, (КОАП СТ.14.53 Ч.2).

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ СНЮС?

Прямой признак употребления СНЮСа — наличие коробочки с табаком или порционными пакетиками.

Но выявить зависимого от СНЮСа можно и по **косвенным** признакам:

- одежда и волосы пропитаны не свойственными вашему дому ароматами;
- на протяжении примерно часа после употребления расширены зрачки;
- частые движения лицевых мышц, характерные для жевания или рассасывания;
- опьянение без запаха алкоголя;
- ещё час после употребления СНЮСа подросток не может сосредоточиться, неадекватно реагирует на внешние раздражители;
- некоторые слова употребляются вне привычного контекста, например «тема», «шайба», «закинуться», «закладка» или жаргонизмы «кэнди», «эпок», «бошки», «маршал», «блэкс», «жмыхнуть»;
- увеличился расход карманных денег, или они пропадают из вашего кошелька;
- в социальных сетях ребенок может быть подписан на продавцов снюса;
- резкие перепады настроения, от моторной заторможенности до эйфории;
- ухудшение здоровья, жалобы на тошноту, рвота, головные боли;
- резкое ухудшение состояния зубов, дёсен. Язвы и кровь на слизистых щек и губ;
- частые сплёвывания.

**ВАЖНО ПОНЯТЬ ГЛАВНОЕ:
ЛЮБАЯ ФОРМА ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ
— ЭТО БОЛЕЗНЬ.**