

наркологу в областном наркологическом диспансере.

Тщательно следите за личными страницами своего ребенка в социальных сетях. Проверяйте историю просмотров, на какие каналы подписан ваш ребенок, каких блогеров просматривает в интернете или на YouTube.

Следите за тем, с кем и как общаются ваши дети, чем интересуются. Больше времени проводите с детьми, дружите с ними в Вконтакте и других соцсетях, это поможет лучше узнать интересы своего ребенка.

Расскажите ребенку о случаях отравления детей неизвестным веществом. Научите ребенка говорить НЕТ, если ему что-то предлагают, пусть даже это будут друзья или одноклассники.

## Родители! Берегите своих детей!

ГБУЗ «Волгоградский областной центр  
медицинской профилактики»

Волгоград, ул.политрука Тимофеева,5

Телефон (8442) 36-26-20

E-mail: [mscpr@volmae.ru](mailto:mscpr@volmae.ru)

ведет себя неадекватно;

- приобретает что-то через Интернет и рассчитывается электронными деньгами;
- просит больше денег на «карманные расходы» или берет их без разрешения;
- прячет от Вас необычные вещи (красивые баночки или коробочки, очень похожие на коробочки с драже, маленькие пакетики, очень похожие на «чайные», порошки и т.п.) – возможно, смыслом жизни подростка становится поиск и употребление наркотика!

Итогом потребления снюса становится быстрое формирование привычки, отказаться от которой весьма непросто. Безвредность снюса – опаснейшее заблуждение!

Профилактика употребления снюса среди школьников, в первую очередь, зависит от родителей.

Чаще всего дети начинают курить или употреблять снюс, потому что родители уделяют им мало внимания. В некоторых случаях такое поведение – это сигнал о помощи.

Если вам кажется, что ребенок употребляет психоактивное вещество или уже есть такой факт, нужно обратиться за помощью к специалистам: психологу в школе, подростковому

МЫ ПРОТИВ

СНЮСА!



СНЮС –

трагическая мода

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ  
КАЖДЫЙ РОДИТЕЛЬ!

## Что такое снюс?

Это - безтабачная смесь с добавлением никотина, которая не подпадает под закон и продается без ограничений. Это могут быть как пакетики со смесью, так и леденцы, пастилки. Неофициально их также называют снюсом.

Потребители снюса закладывают такой пакетик под губу (на сленге подростков — «закинуться», «кинуть»), после чего никотин с химическими веществами практически сразу попадает в кровоток через слизистую полости рта.

## Чем опасен снюс?

Распространяется снюс в пакетиках белого цвета, расфасованных и упакованных в небольшие баночки ярких дизайнов, похожие на коробочки с монпасье или мелкими канцелярскими изделиями. В каждой такой «шайбе» - измельченные листья различных растений, соль, различные вкусовые добавки - ароматизаторы (чаще всего ментоловые) и химический никотин.

Один пакетик снюса в среднем содержит около 40 мг никотина, такую же дозу можно получить, выкурив одновременно две пачки традиционных сигарет. Это очень большая доза, которая может привести к острому отравлению никотином, а впоследствии — к судорогам и нарушению дыхания.

Употребление снюса вызывает быстрое привыкание.

## Почему снюс стал популярным?

Снюс набирает популярность, потому что его можно принимать незаметно, и никто не узнает. Сигареты сейчас подростку купить достаточно сложно, нужно кого-то просить, а снюс - проще. Снюс не имеет продуктов горения, от курильщика не исходит характерный табачный «перегар», и это выгодно подростку, который боится нареканий за курение от взрослых.

## Как распознать, что ребенок употребляет снюс?

О появлении снюса в Вашем доме подскажет запах - в пакетики добавляют сильные ароматизаторы. Увлечись снюсом, ребенок начинает беспричинно плевать - это естественная реакция организма.

В первую очередь его новое увлечение отразится на общем состоянии здоровья.

Следим за симптомами:

- головная боль;
- тошнота и рвота;
- обильное слюноотделение и потоотделение;
- нарушение походки;
- боль во рту и головокружение;

- нарушение дыхания;
- заложенность носа.

У подростка ухудшается память, замедляются мыслительные процессы, внимание ослабевает. В поведении присутствует сонливость, раздражительность и агрессия, в речи - «шайба», «закинуться», «кинуть», «жохнуться», «торкнуло» и др.

## Как уберечь ребенка от снюса?

Если Ваш ребенок:

- стал скрытен; избегает общения с Вами, грубит;
- много времени проводит вне дома, при этом не говорит, куда и с кем уходит;
- общается с новыми подозрительными друзьями;
- не ночует дома, несмотря на запрет;
- без видимых причин агрессивен, раздражителен, враждебно настроен к окружающим;
- может сутками не спать, при этом быть в приподнятом настроении;
- потерял аппетит или резко похудел;
- потерял интерес к учебе и прежним увлечениям;
- с трудом вспоминает или вовсе не помнит, что было накануне;
- теряет чувство реальности, испытывает галлюцинации или ведет