# **Родителям о ярких пакетиках сомнительного чая с мармеладками**

**БУ ХМАО-Югры "ХМКПНБ"·**

Яркие коробочки, наполненные пакетиками, похожими на чайные, и неизменный вопрос: «Нашла у ребёнка. Что это?!». Уважаемые родители, знакомьтесь это снюс, про который никому было не интересно еще с 2015 года. Зарегистрированы множественные случаи употребления снюса детьми и подростками с летальным исходом на территории РФ.

**Считайте и ужасайтесь!** В одной сигарете содержание никотина в среднем 1 мг, а в порции снюса, «сосательного» табака, который дети закладывают за губу в поисках «ложного» кайфа, содержится до 90 мг - 4,5 пачки сигарет в одной дозе! Смертельная дозировка никотина около 1 мг на килограмм веса. Детей спасает только то, что такие высокие концентрации никотина сильно раздражают слизистую рта и дёсен, вот и выплёвывается пакетик до того, как весь яд всасывается. Но, увы, не всеми.

**Мнение врача:**Снюс – это вид табачного изделия, который содержит более 30 химических веществ, с потенциальным канцерогенным эффектом. Самые опасные из них – нитрозамины, которые образуются еще при производстве, в процессе ферментации табака. Доказано, что люди, которые употребляют снюс, фактически подвергаются воздействию более высоких уровней нитрозаминов и других токсичных веществ, нежели курильщики традиционных сигарет. Причина в том, что вещество остается во рту дольше, по сравнению с сигаретным дымом. Соответственно, вредные химические вещества дольше воздействуют на организм. Даже один-единственный канцероген может вызывать мутации, приводящие к раку. Отказ от использования снюса – процесс более тяжелый, чем отказ от курения, зачастую невозможный без помощи специалиста и курса реабилитации.

**Последствия:**Заболевания полости рта, включая онкологические процессы, у потребителей снюса прямо лидируют. Не менее плачевно обстоят дела с органами ЖКТ, так как «ядовитая» слюна попадает в желудок. Зарегистрированы случаи инсульта и инфаркта и это уже в подростковом возрасте.

**Трудности:** Как понять, что ребёнок употребляет снюс? Это ведь не сигарета, запаха табачного дыма не будет, да и табака, собственно, в данном псевдопродукте, который по старинке называют снюс, нет. Табачный снюс запрещён к продаже на территории РФ с 2015 года, на смену ему пришли целлюлозные пакетики, пропитанные ядерными дозами никотина и фруктовыми ароматизаторами. Производители ориентированы на школьную аудиторию, поэтому на рынке появились никотиновые леденцы и мармеладки, сдобренные никотином.

**Признаки употребления никотинсодержащей смеси:**

К сожалению, явных признаков употребления ребёнком нет. Насторожить могут:

· Язвы и афты во рту першение в горле, кашель;

· Изменения аппетита, чаще снижение;

· Эпизодические боли в желудке, тошнота;

· Частые сплёвывания;

· Головные боли;

· Снижение концентрации внимания;

· Ухудшение памяти;

· Повышенная возбудимость, переходящая в агрессию, сменяющаяся вялостью и заторможенностью;

· Рассеянность, снижение физической силы и выносливости;

· Бессонница и при этом приподнятое настроение.

Но все эти признаки не обязательно связаны со снюсом! Есть сомнения - купите в аптеке тест на никотин! Печально, но чаще всего родители узнают об употреблении, обнаружив в личных вещах ребёнка сам снюс, либо по признакам никотинового отравления, которое не заставляет себя долго ждать.

**Признаки никотинового отравления:**

· Кожные покровы ребёнка холодные и бледные;

· Зрачки расширены либо сужены;

· Тошнота, рвота, сильная боль в области желудка;

· Головная боль и головокружение;

· Боль во рту, повышенное слюноотделение, в слюне может быть кровь;

· Шаткая походка;

· Нарушение функции дыхания;

· Кожная гиперестезия, то есть повышенная чувствительность и/или болезненность при прикосновении;

· Со стороны психики может быть как возбуждение, так и заторможенность.

**Действия родителя:** Обнаружили ряд вышеперечисленных признаков - немедленно вызывайте скорую помощь! Пока ожидаете бригаду необходимо устранить источник отравления, обеспечить доступ свежего воздуха: расстегнуть или снять тесную одежду, открыть окно. Дать ребенку обильное питье (лучше негазированную воду), вызвать рвоту. При потере сознания – дать понюхать нашатырный спирт. При купировании острого периода обязательно обратиться к специалисту за квалифицированной помощью, а именно к врачу - психиатру -наркологу.

Главное, родители, что бестабачного снюса, не существует. Вопреки мнению тех, кто не любит думать, не решение проблемы — она в первую очередь в огромных дозах никотина, который вызывает привыкание и влечёт последствия для здоровья.

А еще не стоит прямо сейчас бежать и перерывать вещи у ребенка, создавая ажиотаж, просто будьте бдительны и как можно чаще общайтесь со своим ребенком.

**Исполнитель:**

Ковалев Константин Алексеевич, врач – психиатр- нарколог, заведующий кабинетом медицинской профилактики БУ ХМАО-Югры «ХМКПНБ»