

Насвай, снюс, жевательный и нюхательный табак (снафф)

создают и поддерживают никотиновую зависимость, а содержащиеся в них компоненты тоже вызывают рак и другие заболевания.



Чтобы добиться успехов в будущем научись говорить нет!

5 способов отказаться:

1. Сказать твердое «нет, это не для меня!».
2. Отказаться, не вступая в переговоры. Повернуться и молча уйти.
3. Не спорить с ним и не читать лекций о вреде наркотиков - это уже бесполезно.
4. Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.
5. Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

Берегись ответственности

Согласно статье 14.53.КоАП РФ продажа табака сосательного (снюса) влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от двух тысяч до четырех тысяч рублей; на должностных лиц - от семи тысяч до двенадцати тысяч рублей; на юридических лиц - от сорока тысяч до шестидесяти тысяч рублей.



Помни:

чтобы не подчиниться влиянию окружающей тебя отрицательной среды, лучше держаться от нее в стороне, искать себе единомышленников и поддержку из числа **не употребляющих табак** подростков.

Памятка

для подростков

Осторожно: снюс!



Употребление снюса вызывает отравление и может привести к летальному исходу. Организм подростка растёт, формируется, а вмешательство жевательного табака может все это нарушить, вызвать отравление, остановить рост, привести к зависимости.

«Безвредность снюса» - опаснейшее заблуждение!

Снюс провоцирует развитие ряда заболеваний: болезней носоглотки; заболеваний зубов и десен; рака желудка, кишечника; потери чувствительности вкусовых рецепторов; нарушений аппетита; сердечных патологий: гипертонии; атрофии мышц.

Снюс вызывает зависимость в короткие сроки!

Последствия употребления бездымного табака:

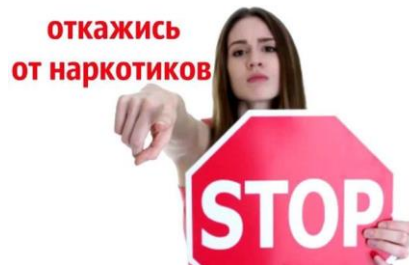
1. Сильное местное жжение слизистой ротовой полости, тяжести в голове, апатии, резкого слюноотделения и головокружения.
2. Развитие онкологических заболеваний полости рта, парадонтоз, разрушение зубов, появление зловонного запаха изо рта, тахикардия, гипертония, бесплодие.
3. Наблюдается повышенная агрессивность и возбудимость и, наоборот, апатия и эмоциональная дисфункция.
4. Снюс приводит к ухудшению когнитивных процессов, нарушению памяти внимания;
5. Снюс ослабляет устойчивость организма, особенно развивающегося, к инфекционным заболеваниям.
6. Передозировка никотина может привести к летальному исходу. С каждым днём их число растёт.



Избавиться от зависимости от снюса без профессиональной помощи врачей удается менее 7% потребителей.

КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ ОТ ПРОБЛЕМ С НАРКОТИКАМИ?

- во-первых, сделать для себя недопустимой саму мысль о возможности когда-либо «попробовать»;
- во-вторых, нужно научиться говорить «НЕТ!!!» и себе и другим, когда речь идёт о наркотиках;
- в-третьих, избегать компании и места, где употребляют наркотики. Выбирать себе круг общения, в котором нет места наркотикам.



ЕСЛИ ВАМ ПРЕДЛОЖИЛИ БЕЗДЫМНЫЙ ТАБАК:

- Ни в коем случае не соглашайтесь пробовать этот или любой другой вид табака, если вам предлагают сделать это знакомые и, тем более, незнакомые люди, за деньги или бесплатно! Вежливо откажитесь, не вступая в конфликт.
- Если вам предлагают жевательные конфеты, не берите их или, взяв, не спешите есть, если не уверены в их происхождении и безопасности. Ведь сладости вам всегда могут купить родители.
- Немедленно сообщите взрослым (родителям, учителям) о том, что кто-то пытается навязать вам или вашим знакомым употребление снюса.
- Немедленно сообщайте администрации, социальному педагогу, классному руководителю о случаях торговли снюсом в школе или на ее территории.
- Постарайтесь предупредить друзей и знакомых о вреде употребления этого вещества и убедить не использовать его.

Помните, что гораздо легче предотвратить беду, чем бороться с её последствиями.

Берегите своё здоровье!