

## **О вреде снюсов**

Снюс - бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах и применяется как жевательный табак. Его в виде порционных пакетиков или рассыпного табака помещают между десной и верхней (иногда нижней) губой на 5 - 30 минут для того, чтобы никотин всасывался в кровь и поступал в организм, минуя гортань и легкие. Это вещество не является только табаком. В его состав входит табак, вода как увлажнитель, сода для усиления вкуса и соль или сахар как консервант. В некоторые смеси для дополнительного аромата добавляют эфирные масла .

Промышленность выпускает два вида снюса: порционный - упаковывается в небольшие похожие на чайные пакетики по 0,3 - 2 г; рассыпной - он продается на вес в картонных упаковках с пластиковой крышкой.

Порционный снюс появился в 1979 году и стал более популярным. Его фасуют в разные пакеты; мини - 0,3 - 0,4 г; стандартный (или большой) - 0,8 - 1 г; макси - 1,5 - 2 г.

Снюс особенно популярен среди подростков и молодежи. Среди этой категории он считается не только безопасным, но еще и модным. Кроме этого, некоторые подростки начинают употреблять именно снюс, так как его прием не так заметен родителям как курение сигарет. При определении его влияния на здоровье, нужно учитывать, что содержание никотина в одном пакетике снюса, может быть в десятки раз выше, чем в одной сигарете. Смертельная доза никотина для человека составляет 0,5 - 1 мг на кг веса.

Прием сосательного табака особенно опасен именно в подростковом возрасте, так как организм еще не сформирован окончательно. Снюс наносит такой вред:

- 1) замедление и остановка роста;
- 2) нарушение когнитивных процессов;
- 3) ухудшение концентрации внимания и памяти;
- 4) повышенная раздражительность и агрессивность;
- 5) ослабление иммунитета и повышенная восприимчивость к инфекционным заболеваниям;
- 6) более высокий риск развития онкологических заболеваний полости рта, желудка и поджелудочной железы.

Некоторые исследования показывают, что все подростки, которые начали свой табачный стаж со снюса в течение четырех лет начинают курить сигареты. Это означает, что ко всем вышеописанным рискам добавляется еще и вред от курения табака.

Сосание снюса почти в 100% случаев приводит к появлению неопухолевых поражений слизистой рта. Она постоянно подвергается раздражению, и клетки прекращают нормально функционировать и развиваться. Особенно опасен снюс для лиц до 18 лет. Он вызывает быстрое ее ороговение даже после месяца приема сосательного табака. Это ее состояние является предраковым. Исследования показывают, что в снюсе выявляется до 28 канцерогенов. Это никель, нитрозамины, радиоактивный полоний-210. Они чрезвычайно опасны и повышают вероятность развития рака щек, десен и внутренней поверхности губ в 40 раз. По данным исследований из-за приема снюса риск развития рака поджелудочной в США возрос на 40%, а в Норвегии - до 67%.

Снюс может способствовать развитию рака молочной железы у женщин до 55 лет. Прием сосательного табака во время беременности категорически запрещается, так как он может вызывать преждевременные роды и негативно отражается на развитии плода. Прием сосательного табака приводит к появлению никотина в крови и способствует спазмированию и сужению сосудов. Такое их состояние повышает риск развития ишемической болезни сердца, артериальной гипертензии, атеросклероза и инсультов.

Снюс существенно вредит зубам. Постоянное воспаление десен, разрушительное воздействие на эмаль - все эти факторы увеличивают вероятность развития кариеса и пародонтоза. Прием сосательного табака сопровождается сильным слюноотделением и слюна, смешиваясь с никотином и канцерогенами, поступает после проглатывания в пищеварительные органы. Из-за этого слизистые желудка и кишечника, как и при приеме жевательного табака, постоянно подвергаются раздражению, воспаляются и на них могут формироваться эрозии и язвы. Поступление в органы пищеварения канцерогенов повышает вероятность развития рака желудка и кишечника. Исследования показывают, что заядлые поклонники снюса могут принимать до 3 банок сосательного табака. Если он содержит сахар, то такое его поступление в организм повышает риск развития сахарного диабета в разы.

Риски при приеме снюса чрезвычайно велики и их сложно преуменьшить. Тем более что зависимость от сосания табака намного сильнее, чем при курении сигарет. Пожалуй, единственным его преимуществом перед курением табака является тот факт, что он не горит, и в организм не поступают содержащиеся в табачном дыме смолянистые канцерогены, наносящие сильнейшие удары по тканям легких. Однако этот факт не может быть оправданием приема жевательного табака или снюса. Даже в такой форме прием табачных изделий наносит непоправимый вред организму.