**Что такое снюс и чем он опасен**

**Снюс**– бездымный никотинсодержащий продукт, который выпускается в разных формах: в виде порошка или пакетированный. В его состав входит высокоочищенный никотин, вода, сода для усиления вкуса и соль или сахар как консервант. В некоторые смеси для дополнительного аромата добавляют эфирные масла листья других трав, кусочки ягод и фруктов.

**Употребление снюса** направлено на поступление в организм никотина. Чистое содержание никотина в одной крепкой сигарете в среднем 1,5 мгр., то при употреблении снюса можно получить от 10 до 30 мгр. В пакетике снюса количество никотина как в трех пачках сигарет. Через 30 минут после закладки порции снюса в крови определяется около 15 нг/мл никотина, а затем на протяжении делительного времени удерживается показатель 30 нг/мл. При этом в отличие от курения, при употреблении снюса в организм не попадает табачный дым и вещества, находящиеся в нем. Именно поэтому поначалу **употребление снюса** может казаться менее вредным. Именно так оно и позиционируется производителями. Но это не так!

**Снюс**, как и табак для курения, неминуемо вызывает никотиновую зависимость. Многие специалисты уверены, что физическая и психическая зависимость от **снюса** намного сильнее и избавиться от нее крайне трудно. Именно поэтому по сложности лечения ее нередко ее ставят в один ряд, если не наркотической, то с алкогольной или табачной зависимостью.

Сосание снюса почти в 100% случаев приводит к появлению эрозий, язв и неопухолевых поражений слизистой рта. Прием снюса способствует спазму сосудов и повышает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний. Снюс существенно вредит зубам, способствует формированию эрозии и язв. Если он содержит сахар, то такое его поступление в организм повышает риск развития сахарного диабета в разы.

Некоторые подростки начинают употреблять снюс, так как считают, что его прием не так заметен родителям в отличие от курения сигарет.

**Симптомы передозировки**

Передозировка или отравление снюсом подразделяется на острую легкую, острую тяжелую и хроническую. При легкой форме отравления основные симптомы – тошнота, головокружение, головная боль, рвота. Как правило, такое состояние проходит спустя 1-2 дня и не требует врачебного вмешательства. Тяжелая передозировка более опасна и сопряжена с риском смерти. Ее проявления:

* тошнота, обильная рвота
* усиленное слюноотделение или сухость во рту
* боли в животе
* посинение кожи
* одышка, учащенное сердцебиение
* расширение или сужение зрачков
* тремор конечностей
* тонико-клонические судороги
* угнетение сознания
* слуховые и зрительные галлюцинации, бред

При хронической никотиновой интоксикации периодически появляется тошнота, головокружения, головные боли, одышка. Тяжелее протекают хронические воспалительные процессы, постепенно проявляется дистрофия тканей и внутренних органов.

Задумайтесь! Употребление такой «конфетки»-снюса может привести к очень печальным последствиям.

**Марина ЕФРЕМОВА,**

главный врач ОГБУЗ «Костромской

 областной наркологический диспансер».