

**Сделай выбор -  
СНЮС или ЗДОРОВЬЕ!**

Издано в рамках муниципальной программы  
«Профилактика алкоголизма, наркомании, токсикомании  
и ВИЧ-инфекции» на 2015-2020 годы

**За помощью  
можно обратиться:**

г.Северск, ул.40 лет Октября, д.12,  
Психоневрологический диспансер,  
регистратура т.54-70-41

**ОГБУЗ «Центр медицинской  
профилактики»**

г. Томск, ул. Красноармейская, 68  
Телефон: (3822) 46-85-00  
регистратура, e-mail:  
cnp\_tomsk@fastmail.com  
Время работы:  
понедельник-пятница:  
9:00-17:30

Портал Takzdorovo.ru —  
это официальный  
интернет-ресурс  
Министерства здравоохранения  
Российской Федерации,  
посвященный здоровому образу  
жизни <https://takzdorovo.ru/>

**БЕСПЛАТНАЯ  
«ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ»**

по вопросам сохранения здоровья:  
**8-800-200-0-200**



# ПАМЯТКА для родителей

**о вреде употребления  
снюса и иной  
никотиносодержащей  
продукции**





## Что нужно знать

**СНЮС** - это бездымный цельно-листовой жевательный табак, содержащий соли, увлажнители и ароматизаторы, в составе которых присутствует никотин – вещество, которое вызывает зависимость.

Никотин, входящий в состав «пакетика» - это яд нервно-паралитического действия в чистом виде, легко проникающий через слизистые оболочки полости рта, носа, бронхов и желудка. Содержание никотина в порции «пакетика» в 5 раз выше, чем в обычной сигарете.

## Родители!

**Сохраняйте эмоциональный контакт с ребенком!**

**Выстраивайте доверительные отношения с детьми!**

**Будьте ближе к ребенку!**

**Подавайте правильный пример!**

## Признаки употребления снюса

- ✓ тошнота
- ✓ нарушение походки
- ✓ слабость мышц
- ✓ головокружение
- ✓ боль во рту и области желудка
- ✓ кожа становится бледной и холодной
- ✓ проблемы с зубами
- ✓ избыточное выделение слюны
- ✓ перепады настроения
- ✓ сонливое состояние

### ЖЕВАТЕЛЬНЫЙ ТАБАК

Вызывает раздражение слизистой рта и гортани, пожелтение зубов, кариес. При попадании со слюной в желудок поражает органы пищеварения, провоцирует рак поджелудочной железы

### ПИЩЕВЫЕ АРОМАТИЗАТОРЫ

Синтетические аналоги могут вызывать поражение печени и других внутренних органов

### УВЛАЖНИТЕЛИ

Данных о воздействии на организм нет

### САХАР

Используется как консервант, вредного воздействия не оказывает

### СОЛЬ

Используется как консервант, вредного воздействия не оказывает

**Смертельно  
Опасный  
Снюс**

## Чем опасен снюс

- замедление и остановка роста
- нарушение памяти и умственной работоспособности
- смена настроения – от апатии к агрессии и наоборот
- болезни носоглотки
- онкологические заболевания
- потеря чувствительности вкусовых рецепторов
- нарушение аппетита
- сердечные патологии
- гипертония
- заболевания зубов и десен

**Снюс наносит вред здоровью – это факт!**