

*За нарушение законодательства в сфере охраны здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака, в том числе снюса, насвая (№ 15-ФЗ от 23.02.2013 г.) устанавливается дисциплинарная, гражданско-правовая, административная ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации (статья 23. Ответственность за нарушение настоящего Федерального закона).*

## **Важно помнить!**

Каждый человек способен сделать разумный выбор, несмотря на рекламу и модные тенденции!



Только будучи ответственным за свое здоровье, вы сможете достичь всех целей в жизни, быть счастливыми, иметь любимого человека и преданных друзей!

## **ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:**

Диспансерно-поликлиническое отделение  
для детей и подростков ГАУЗ «ООНД»

**8 (3532) 36-85-10**

Телефон «Доверия»  
ГАУЗ «Оренбургский областной  
клинический наркологический  
диспансер»

**8 (3532) 57-26-26**

Единый общероссийский детский  
Телефон «Доверия»

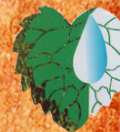
**8 800 2000122**

Единый детский Телефон «Доверия»  
для оказания психологической помощи  
детям, подросткам и их родителям

**8 (3532) 64-63-07**

Буклет разработан отделом профилактики  
наркологических расстройств

ГАУЗ «Оренбургский областной клинический  
наркологический диспансер»



**Это важно знать  
ради сохранения  
своего здоровья**





Производители табака зарабатывают огромные деньги на своей продукции, а потребители хотят видеть в ней разнообразие, поэтому в моду входят все новые виды вредных табачных изделий.

### Но так ли это безобидно для человека?

Важно помнить, что никотин является ядом растительного происхождения. Он вызывает развитие психологической и физической зависимостей, влияя на поведенческие реакции человека. У каждого курящего, нюхающего и жующего табак человека развивается болезнь – никотиновая зависимость.

Курение табачной продукции способно вызвать развитие раковых заболеваний, болезни сердечно-сосудистой системы и дыхательных путей. Это далеко не полный список, ведь от никотина и табачного дыма страдают все органы человека. Цвет кожи тускнеет, она становится дряблой и безжизненной. Зубы желтеют, на них появляется налет, от которого проблематично избавиться. Постоянный запах изо рта мешает нормальному общению в социуме и доставляет дискомфорт.

По статистике, четверть людей, употребляющих табачные изделия ежедневно, умирают именно по причине заболеваний, спровоцированных табакокурением.



### Снюс (Жевательный табак)

Представляет собой разновидность табачного бездымного изделия, в некоторых источниках звучит как «аналог насвая». В процессе употребления данного вещества никотин поступает непосредственно в организм, минуя дыхательные пути. Жевательный табак отличается высоким содержанием никотина, поэтому он быстро формирует привыкание и дальнейшую зависимость.

#### Последствия употребления:

- специфический запах изо рта;
- потеря чувствительности вкусовых рецепторов;
- нарушение аппетита;
- разрушение эмали зубов, потеря зубов;
- пародонтоз;
- атрофия мышц лица;
- рак ротовой полости;
- рак желудка, кишечника;
- рак предстательной железы;
- высокое артериальное давление;
- инфаркт миокарда;
- инсульт;
- при длительном употреблении все более заметны перепады настроения;
- нарушение сна;
- пробелы в памяти;
- психическая деградация личности.

В составе снюса присутствует 28 канцерогенов, в том числе никель, радиоактивный полоний – 210, нитрозамины. Все эти вещества даже в малых дозах провоцируют развитие раковых опухолей.

Зависимость от снюса можно поставить в один ряд с алкогольной и наркотической зависимостью, хотя многие считают его употребление неопасным. Особенно в этом уверены подростки.

**Действующее законодательство на территории РФ запретило снюс в 2019 году.**

Официальный запрет введен как на оптовый, так и на розничный вид реализации. Предполагает наложение административных штрафов от 2000 до 70 000 рублей.

Важно понять, что снюс – всего лишь очередной коммерческий продукт, на котором табачные компании зарабатывают деньги!

### Насвай

Никотиносодержащий продукт, в состав которого помимо табака входят: гашеная известь, куриный помет (нередко человеческие экскременты), зола растений, клей. А для того чтобы не было запаха используют различные специи.

#### Последствия употребления:

- запах навоза изо рта;
- воспаление и повышенный риск развития онкологических заболеваний ротовой полости;
- рак губы (обнаружен в 80% случаях употребления);
- изменение цвета зубной эмали и пародонтоз;
- гепатит;
- глистная инвазия;
- бесплодие, нарушение потенции;
- воспалительные заболевания желудка (гастрит, язва);
- неуравновешенность и раздражительность;
- ухудшение памяти и внимания;
- нарушение психики и личности.

Употребление насвая очень быстро переходит в пагубное пристрастие.

**Вред, который причиняет табак и табачная продукция, не зависит от длительности его употребления.**