

## Старый враг под новой маской. Табак без дыма, никотин без табака



Снюс – один из видов бездымного табака. Он изготавливается из измельчённых табачных листьев, которые пакуют в пакетики, и при использовании помещают между десной и губой.

Почему этот продукт стал популярен и для чего продвигается табачными компаниями? Для того чтобы человек мог получить очередную дозу никотина там, где курить нельзя (на дискотеках, мероприятиях, в ресторанах и самолётах).

Никотин и другие вещества высвобождаются при рассасывании из снюса в слюну, при этом, сразу попадают в кровоток, всасываясь через слизистую полости рта. Распространено заблуждение, что использование бездымного табака менее вредно, по сравнению с курением, поскольку он содержит менее опасные химические вещества.

Это не так. В составе снюса содержится ряд химических веществ, с потенциальным канцерогенным эффектом. Самые опасные из них- нитрозамины, они образуются при производстве снюса, в процессе ферментации табака.

Доказано, что люди, которые употребляют снюс, фактически подвергаются воздействию более высоких уровней нитрозаминов и других токсичных веществ, нежели курильщики традиционных сигарет. Причина в том, что снюс остаётся во рту дольше, по сравнению с сигаретным дымом, соответственно, вредные химические вещества дольше воздействуют на организм. Хотя бездымный табак и содержит меньше количество канцерогенов по сравнению с сигаретами, это не аргумент в его пользу. Даже один единственный канцероген может вызывать мутации, приводящие к раку.

## Последствия употребления бездымного табака

«Безвредность снюса» - опасное заблуждение! Употребление бездымного табака – доказанная причина развития рака полости рта, рака поджелудочной железы, рака пищевода, и рака лёгких.

Длительное использование бездымного табака приводит к пародонтозу, разрушению зубов, появлению зловонного запаха изо рта, тахикардии, гипертонии.

Потребители бездымного табака получают намного больше никотина по сравнению с курильщиками сигарет. Дело в том, что употребление снюса предполагает, что табак остаётся во рту не менее 30 минут, за это время в организм попадает в десятки раз больше никотина, нежели при выкуривании одной, даже самой крепкой сигареты. Если в самой крепкой сигарете содержится до 1,5 мг никотина, то при употреблении снюса можно получить до 22 мг никотина. Даже если табак находится в полости рта непродолжительное время, порядка 5-10 минут, в кровь все равно поступает большее количество никотина.

Высокая концентрация никотина становится причиной быстрого развития толерантности, и практически молниеносного формирования зависимости. Отказ от использования снюса - процесс более тяжёлый, чем отказ от курения, зачастую невозможный без помощи специалиста и специального курса реабилитации.

К сожалению, очень распространено использование снюса в подростковой и молодёжной среде, где он считается не только безопасным, но и модным.



Последствия употребления снюса в подростковом возрасте крайне опасны:

- отставание в физическом развитии

- повышенная агрессивность и возбудимость;
- ухудшение когнитивных процессов;
- нарушение памяти и концентрации внимания;
- высокий риск развития онкологических заболеваний, прежде всего желудка, печени, полости рта;
- ослабление устойчивости к инфекционным заболеваниям.

В России законодательно запрещена торговля насваем и снюсом, но появилась новая опасность - бестабачная никотиновая продукция, имитирующая пищевую.

У школьников набирает популярность употребление никотиновых леденцов, жевательного мармелада и жевательной резинки.

### Почему это опасно?



В составе бестабачных аналогов снюса-целлюлоза, пропиленгликоль, который есть и в электронных сигаретах, ароматизатор, соль, сода и никотин.

Главная опасность - критически высокое содержание никотина, и комфортная форма употребления, что приводит к быстрому развитию у подростков никотиновой зависимости. В одной дозе опасной сладости содержание никотина может достигать до 40 мг на грамм. При этом, одномоментное употребление 60 мг никотина может стать для ребёнка летальным.

Меньшие дозы приводят к тяжёлым отравлениям, сопровождающимся симптомами никотиновой интоксикации: тахикардией, аритмией, судорогами, рвотой, диареей.

Для сравнения - в традиционной сигарете никотина не больше 1–1,5 мг.

В ближайшие дни будет принято постановление о запрете на продажу никотинсодержащих нетабачных изделий, которые относятся к пищевым и не подпадают под антитабачное законодательство.

Предупредите детей об опасности даже однократного употребления никотиновых конфет.

Если вы стали свидетелем продажи бестабачной никотинсодержащей продукции – сообщите в Управление Роспотребнадзора по Иркутской области на «горячую линию», телефон **8-800-350-26-86** (в рабочие дни с 09.00 до 16.00 часов, перерыв с 12.00 до 13.00).

***Справочно:***

*Опасность данной продукции для человека обусловлена, прежде всего, содержанием в ней никотина. А учитывая форму выпуска под видом карамели, мармелада, жевательных конфет с фруктовым ароматом, а также способ применения (сосание, жевание) указанная продукция представляет угрозу жизни и здоровью прежде всего детей и подростков.*

*Никотин действует как нейротоксин. При малых дозах наступает возбуждение центральной нервной системы, угнетение дыхания, повышение кровяного давления; при больших дозах — угнетение и паралич нервной системы, остановка дыхания и прекращение сердечной деятельности, смерть.*

*Средняя летальная доза для человека — 5 - 8 мг/кг при употреблении через рот и желудочно-кишечный тракт.*

*Максимальная концентрация никотина, обнаруженная в никотинсодержащей продукции при исследованиях, составила 30 мг. Человек весом 50 кг смертельную дозу получит при употреблении 6-8 пакетиков такой продукции.*

*В результате проведенных Роспотребнадзором токсикологических исследований выявленной в обороте продукции на животных при внутрижелудочном введении в организм установлено, что клиническая картина отравления начинала проявляться через 1 минуту после введения (нарушение функционирования нервной системы - тремор, судороги, угнетение дыхания); гибель животных наступала через 2 – 4 минуты.*

*При воздействии на слизистую оболочку полости рта животных также выявлено токсическое действие, характерное для веществ, обладающих нейротоксическим действием (тремор, судороги).*

*По результатам проведенных исследований (около 3-х тысяч) никотинсодержащей продукции никотин обнаружен в концентрациях, превышающих допустимое содержание в сравнении с нормативом для табачной продукции в 20 - 30 раз (соответствует одномоментному выкуриванию 20 – 30 сигарет).*

Информация подготовлена центром гигиенического образования населения  
Роспотребнадзора

<http://cgon.rosпотребнадзор.ru/>

# Снюс. Табак бездымный, но не безвредный

**Снюс** – один из видов бездымного табака. Он изготавливается из измельчённых табачных листьев, которые пакуют в пакетики, и при использовании помещают между десной и губой.

Почему этот продукт стал популярен и для чего продвигается табачными компаниями? Для того чтобы человек мог получить очередную дозу никотина там, где курить нельзя (на дискотеках, мероприятиях, в ресторанах и самолётах).

Никотин и другие вещества высвобождаются из снюса в слюну, при этом, никотин и другие химические вещества, содержащиеся в табаке, сразу попадают в кровоток, всасываясь через слизистую полости рта. Распространено заблуждение, что использование бездымного табака менее вредно, по сравнению с курением, поскольку он содержит менее опасные химические вещества. Это не так. Снюс содержит более 30 химических веществ, с потенциальным канцерогенным эффектом. Самые опасные из них - нитрозамины, они образуются ещё при производстве, в процессе ферментации табака.

Доказано, что люди, которые употребляют снюс, фактически подвергаются воздействию более высоких уровней нитрозаминов и других токсичных веществ, нежели курильщики традиционных сигарет. Причина в том, что снюс остаётся во рту дольше, по сравнению с сигаретным дымом, соответственно, вредные химические вещества дольше воздействуют на организм. Хотя бездымный табак и содержит меньше канцерогенов по сравнению с сигаретами, это не аргумент в его пользу. Даже один единственный канцероген может вызывать мутации, приводящие к раку.

## ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ БЕЗДЫМНОГО ТАБАКА

«Безвредность снюса» - опаснейшее заблуждение! Употребление бездымного табака – доказанная причина развития рака полости рта, рака поджелудочной железы, рака пищевода, и рака лёгких.

Длительное использование бездымного табака приводит к пародонтозу, разрушению зубов, появлению зловонного запаха изо рта, тахикардии, гипертонии.

Пользователи бездымного табака получают намного больше никотина по сравнению с курильщиками сигарет. Дело в том, что употребление снюса предполагает, что табак остаётся во рту не менее 30 минут, за это время в организм попадает в десятки раз больше никотина, нежели при выкуривании одной, даже самой крепкой сигареты. Если в самой крепкой сигарете содержится до 1,5 мг никотина, то при употреблении снюса можно получить до 22 мг никотина. Даже если табак находится в полости рта непродолжительное время, порядка 5-10 минут, в кровь все равно поступает большое количество этого никотина.

Высокая концентрация никотина становится причиной более быстрого развития толерантности, и практически молниеносного формирования зависимости. Отказ от использования снюса - процесс более тяжёлый, чем отказ от курения, зачастую невозможный без помощи специалиста и курса реабилитации.

Кроме того, многие потребители бездымного табака затем переходят на курение обычных сигарет.

К сожалению, очень распространено использование снюса в подростковой и молодёжной среде, где он считается не только безопасным, но и модным.

Последствия употребления снюса в подростковом возрасте крайне опасны:

- остановка роста;
- повышенная агрессивность и возбудимость;
- ухудшение когнитивных процессов;
- нарушение памяти и концентрации внимания;
- высокий риск развития онкологических заболеваний, прежде всего желудка, печени, полости рта;
- ослабление устойчивости к инфекционным заболеваниям.

Практически все подростки, впервые использовавшие табак в виде снюса, в течение ближайших четырёх лет становятся курильщиками сигарет.

**Снюс не помогает бросить курить, так как этот вид табака содержит тот же самый наркотик, что и сигареты!**

## ЖЕВАТЕЛЬНЫЙ ТАБАК

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



## САХАР

Используется как консервант, вредного воздействия не оказывает



## ПИЩЕВЫЕ АРОМАТИЗАТОРЫ

Синтетические аналоги могут вызывать поражение печени и других внутренних органов



## СОЛЬ

Используется как консервант, вредного воздействия не оказывает



## УВЛАЖНИТЕЛИ

Данных о воздействии на организм нет

*Информация подготовлена ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения»  
Роспотребнадзора*

<http://cgon.rospotrebnadzor.ru>