

## Что такое снюс?

**Снюс** (или, как его называют в подростковой среде, «загубный табак») — бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах (пакетиках, леденцах и др.) и применяется как сосательный табак.

Снюс в виде порционных пакетиков или рассыпчатого 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.



## Уважаемые родители!

**Здоровье ребенка - самое большое счастье для родителей. Но, к сожалению, все больше и больше подростков начинают употреблять табак, алкоголь и другие вещества, наносящие вред здоровью!**

**Необходимо научить подростка избегать ситуаций, в которых на него кто-либо сможет оказать давление, научить **сказать «НЕТ»****



## 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.

**Снюс не помогает бросить курить, так как содержит тот же самый наркотик, что и сигареты - никотин!**

## **РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ!**

**Тактичность и осторожность в общении с несовершеннолетним, имеющим наркологические проблемы, являются обязательным правилом, так как необоснованные подозрения в употреблении наркотических веществ могут сами по себе оказаться психотравмирующим фактором и, в свою очередь, привести к их реальному употреблению.**

**Общие признаки начала  
употребления психоактивных и  
наркотических веществ  
подростками**

Снижение интереса к обычным развлечениям, привычному времяпрепровождению, спорту, любимым занятиям.

Появляется отчужденность, эмоционально холодное отношение к окружающим, могут усилиться такие черты, как скрытность и лживость.

Частые смены настроения, чрезмерная эмоциональность, которая может сменяться «уходом в себя», депрессией.

Компания, с которой общается подросток, зачастую состоит из лиц более старшего возраста.

Тенденция общаться по преимуществу с подростками, которые заведомо употребляют наркотики и – или другие психоактивные вещества.

Эпизодическое наличие крупных или непонятного происхождения больших сумм денег, не соответствующих достатку семьи. Появляется стремление занять деньги или отобрать их у более слабых.

Раздражение на коже, слизистых оболочках, беспричинное сужение или расширение зрачков.

**Рекомендации родителям  
по профилактике  
употребления снюс**

- **Общайтесь с ребенком. Помните, отсутствие общения с вами заставит ребенка обратиться к другим людям. Старайтесь выступать инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком.**
- **Умейте слушать! Изначально стройте диалог с ребенком в позиции «Я мало говорю, я слушаю». Постарайтесь максимально узнать о проблемах и трудностях своего ребенка.**
- **Уделяйте внимание взглядам, чувствам и эмоциям ребенка.**
- **Не сравнивайте его с собой, или другими подростками. Не осуждайте. Помогите ему найти другие пути решения подобной ситуации, раскройте в нем возможность размышлять, оценивать.**
- **Знайте его компанию. Вы должны быть в курсе, с кем общается ваш ребенок, интересы его компании, увлечения, манеру общения.**

Комитет образования, науки и молодёжной политики  
Волгоградской области

Государственное автономное учреждение  
дополнительного профессионального  
образования  
Волгоградская государственная академия  
последипломного образования  
(ГАУ ДПО «ВГАПО»)

Научно-методический центр психолого-педагогического сопровождения

**ПРОФИЛАКТИКА  
УПОТРЕБЛЕНИЯ  
БЕЗДЫМНОГО ТАБАКА  
и других ПАВ**

*Памятка для родителей*



Волгоград, 2023