**Статья на тему «Снюс как тенденция «убийственной моды»**

Существенной проблемой  в последнее время является потребление  снюса (сосательного табака) и бестабачных  изделий с никотином (никотиновые пэки), прежде всего подростками и молодежью.

  **Снюс** - вид табачного изделия.  Представляет собой измельчённый увлажнённый табак, который помещают между верхней  губой и десной  на длительное время — от 5 до 30 минут.  При этом никотин из табака поступает в организм.

Снюс относится к бездымному табаку (в эту группу входят также сухой и влажный снафф, жевательный табак и пр.). Он известен в Швеции с 1637 года. В основном он производится и употребляется именно в этой стране (поэтому часто называется шведским снюсом).”

В состав снюса входят:

* поваренная соль;
* сода;
* вода;
* ароматизаторы.

**Снюс** особенно популярен среди подростков и молодежи. Среди этой категории он считается не только безопасным, но еще и модным. Кроме этого, некоторые подростки начинают употреблять именно снюс, так как его прием не так заметен родителям, как курение сигарет.

*Прием сосательного табака особенно опасен именно в подростковом возрасте, так как организм еще не сформирован окончательно.*

*Снюс наносит такой вред как:*

* замедление и остановка роста;
* нарушение когнитивных процессов;
* ухудшение концентрации внимания и памяти;
* повышенная раздражительность и агрессивность;
* ослабление иммунитета и повышенная восприимчивость к инфекционным заболеваниям;
* более высокий риск развития онкологических заболеваний полости рта, желудка и поджелудочной железы.

Некоторые исследования показывают, что почти все подростки, которые начали свой табачный стаж со снюса в течение четырех лет начинают курить сигареты. Это означает, что ко всем вышеописанным рискам добавляется еще и вред от курения табака.



**Что делать родителям, если ребёнок принимает снюс?**

Родителям, прежде всего, нужно подобрать ключик к своему ребенку, стать ему лучшим другом, проводить с ним как можно больше времени. Если подросток будет получать поддержку, внимание и уверенность от своей семьи, то ему не понадобится использовать сомнительные средства вроде сигарет, снюса, снаффа, насвая. А вот чего не требуется, так это давить на сына или дочь, угрожать, запугивать. Родители должны доходчиво объяснить своему ребенку весь вред снюса, последствия которые он влечет за собой.

Что может немного увеличить шансы на то, что ребёнок не будет употреблять?

1. **Спорт.** Если подросток занимается спортом с энтузиазмом, вероятность снижается.
2. **Доверительные отношения дома.** Если подросток знает, что может прийти к маме и сказать: «Мама, я попробовал траву» или «Мама, мы вчера съели вот то и потом догнались вот тем», то шанс у такой мамы грамотно повлиять на ситуацию выше, чем у той, чей ребёнок готов изворачиваться как угодно, «лишь бы мама не узнала».
3. **Страх перед гневом родителей** тоже действует. Но если авторитет родителя реально очень высокий. Истерики и шантаж смартфоном тут не спасут ситуацию.
4. Подробная **обстоятельная информация о химической зависимости**, хорошие документальные фильмы, где наркоманы рассказывают о своём пути и о том, как проживали ломку, что потеряли, насколько страшной стала их жизнь – это работает.
5. **Общение с членами групп АА и АН** тоже может сыграть правильную роль. Важно, чтобы кто-то реальный, не взрослый и не занудный, мог честно рассказать о проблемах и о том, как легко заболеть и почему невозможно вылечиться, как все одинаково считают, что «ничего страшного не произойдёт» и как медленно и незаметно наркотические вещества отнимают способность мыслить разумно.