

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Больше времени проводите с детьми, смотрите, чем они занимаются в социальных сетях, дружите со своими детьми во Вконтакте и других соцсетях. Так вы будете видеть, что они смотрят, что едят, чем занимаются и с кем общаются.

Расскажите детям, что есть информация о том, что есть случаи, когда дети были отравлены неизвестным веществом.

И что **НИКОГДА НИ У КОГО НИЧЕГО НЕ НУЖНО** брать, даже если **УГОЩАЮТ** сверстники и одноклассники.

## ЧАЩЕ ГОВОРИТЕ ДРУГ ДРУГУ СЛОВА, КОТОРЫЕ ПОДДЕРЖИВАЮТ ВЕРУ РЕБЕНКА В СЕБЯ:

- «Зная тебя, я уверен, что ты все делаешь правильно».
- «Это серьезный вызов. Но я уверен, что ты сделаешь правильный выбор».

## ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

На всей территории Российской Федерации действует телефон доверия для детей, подростков и их родителей:

**8 800 2000 122**

Телефон работает круглосуточно, звонки на данный номер бесплатны.

Общение с психологом анонимно и конфиденциально.



**МБОУ «СОШ №1  
им.Н.Н.Яковлева»  
г.Олекминска  
РС(Якутия)**



**К чему приводит  
употребление СНЮСа  
школьниками**

**( ИНФОРМАЦИЯ  
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ)**

## Что такое снюс?

Это - бестабачная смесь с добавлением никотина, которая не подпадает под закон и продается без ограничений. Это могут быть как пакетики со смесью, так и леденцы, пастилки. Неофициально их также называют снюсом.

Потребители снюса закладывают такой пакетик под губу (на сленге подростков — «закинуться», «кинуть»), после чего никотин с химическими веществами практически сразу попадает в кровоток через слизистую полости рта.

## В чем опасность никотиносодержащих леденцов

Один мешочек снюса в среднем содержит около 40 мг никотина, такую же дозу можно получить, выкурив одновременно две пачки традиционных сигарет. Это очень большая доза, которая может привести к острому отравлению никотином, а впоследствии — к судорогам и нарушению дыхания.

Употребление снюса вызывает привыкание. Пакетики состоят из растительных волокон скандинавской сосны и эвкалипта, экстракта никотина, воды и ароматизаторов. По крайней мере, так написано на упаковке. Поскольку снюс изготовлен кустарным путем, примеси и добавки, содержащиеся в нем, могут усиливать токсическое воздействие на организм.

## Почему снюс стал популярным?

Снюс набирает популярность, потому что его можно принимать незаметно, и никто не узнает. Сигареты сейчас подростку купить достаточно сложно, нужно кого-то просить, а снюс - проще.

Подростки являются как раз тем контингентом, который начинает свой опасный для жизни никотиновый путь со снюса"

## Как распознать, что ребенок «подсел» на снюс?

В первую очередь его новое увлечение отразится на общем состоянии здоровья. Следим за симптомами:

- головная боль;
- тошнота и рвота;
- обильное слюноотделение и потоотделение;
- нарушение походки;
- боль во рту и головокружение;
- нарушение дыхания.

У подростка ухудшается память, замедляются мыслительные процессы, внимание ослабевает. В поведении присутствует сонливость, раздражительность и агрессия, в тетрадях «мультяшные» образы в темных тонах, в речи — «шайба», «закинуться», «кинуть», «жохнуться», «торкнуло» и др.

## Как уберечь ребенка от снюса ?

Профилактика употребления снюса среди школьников, в первую очередь, зависит от родителей.

Курящая мама – это уже вопрос для семьи: насколько ее воспитательный момент будет убедителен для ребенка? Подросток, у которого в семье курит один из родителей, с большей вероятностью согласится употребить снюс, потому что родители демонстрируют ему зависимое поведение каждый день.

Чаще всего дети начинают курить или употреблять снюс, потому что родители уделяют им мало внимания. В некоторых случаях такое поведение – это сигнал о помощи.

Если вам кажется, что ребенок употребляет психоактивное вещество или уже есть такой факт, не стоит кричать на него, наказывать, угрожать, нужно обратиться за помощью к специалистам: это может быть психолог в школе, нарколог.

