

7 признаков, которые подтверждают употребление СНЮСА

Сегодня большую популярность, в качестве альтернативы, а порой и дополнения к курению, приобретает употребление снюса. Эта разновидность бездымного табака немного схожа в употреблении с жевательным табаком. Но в отличие от последнего кладётся между щекой и десной и постепенно размешивается.

Состав и особенности

Снюс состоит из тщательно измельчённых листьев табака, которые высушиваются либо, смачиваются и обрабатываются раствором из соды и соли. В него часто добавляются разнообразные вкусовые и ароматические добавки.

Конечно, достоинством снюса считается отсутствие необходимости вдыхать дым для получения дозы никотина. Но, он вовсе не безвреден, так как содержит большое количество веществ вредных для организма человека. Начиная от раздражителей и канцерогенов, и заканчивая ядами, содержащимися в табачных листьях.

Хотя **снюс преподносят как замену сигаретам**, ряд исследований показали, что многие люди, употребляющие его, продолжают курить. Более того у некоторых из них никотиновая зависимость повышается при частом приёме снюса.

Почему вреден подросткам?

Отдельную проблему составляет растущее число подростков, пробующих это вещество. Многие из попробовавших раз, ради интереса, начинают принимать вещество на постоянной основе. Это часто негативно сказывается на их здоровье, так как подростковый организм находится в режиме перестройки и особенно уязвим к негативному влиянию ряда веществ, содержащихся в снюсе.

Кроме того, приём последнего может сказываться и на психическом состоянии подростка, особенно при условии длительного и неумеренного его приёма.

К сожалению, **определить, принимает ли человек снюс**, куда сложнее, чем понять курит ли он. Снюс не только не даёт запаха табака, но и часто источает приятные ароматы, обеспечивая свежее дыхание.

Признаки употребления снюса

Следует обращать внимания на следующие признаки, которые могут говорить о том, что человек употребляет снюс:

- наблюдается раздражение слизистой оболочки глаз;
- возникают частые головные боли;
- появляются осложнения в дыхании, может развиваться одышка или кашель;
- проявляется заложенность носа;
- человека часто тошнит, у него кружится голова и беспричинно учащается сердцебиение;
- заметно снижается аппетит, появляется раздражительность и быстрая утомляемость, упадок сил;
- запоминание снижается, как и общее качество мыслительных процессов.

Конечно, все перечисленные симптомы косвенные и не могут однозначно говорить, о том, что проблема в снюсе. Но их возникновение должно насторожить. При длительном употреблении снюса может разрушаться эмаль зубов, потому проблемы с ними также могут быть косвенным признаком. Впрочем, обычно подобное происходит лишь с людьми, употребляющими его годами.