**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 тёмных 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, подростковый нарколог в Республиканском наркологическом диспансере.

**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 пишут, 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.