

СНЮС



Снюс, или влажный табак — новый «модный» аналог сигаретам среди молодых людей и подростков, некоторые используют в качестве альтернативы курению сигарет. Это мотивируется тем, что в составе нет вредных и канцерогенных веществ, от снюса не ухудшается дыхание и не страдает выносливость.

Что входит в состав снюса?

Смесь состоит из мелкорубленого табачного листа с примесями. Вот из чего сделан снюс помимо табака:

- Вода. Нужна для увлажнения и более комфортного рассасывания.
- Соль. Играет роль природного консерванта и усилителя вкуса.
- Консерванты. Многие компании используют консерванты для разбавления табака и снижения стоимости смеси, а также для более долгого хранения.
- Ароматизаторы и пищевые добавки. Усиливают вкус и придают наркотику приятный запах.

Внешне снюс выглядит как кашеобразная растительная смесь белого или коричневого оттенков.

Какие бывают разновидности снюса?

По типу упаковки и наличию добавок различают такие виды снюса:

- Порционный. Для удобства приема производители фасуют табачную смесь в небольшие полупрозрачные пакетики. Наиболее популярные порции — полграмма, грамм и полтора-два грамма. Мужчины предпочитают стандартные и большие порции, а женщины — мини-дозировку. Также маркетологи компаний-производителей часто подчеркивают гендерное различие при помощи цвета смеси: оттенки коричневого для мужчин и оттенки белого для женщин.
- Рассыпной. Недозированную табачную смесь фасуют в плотные коробочки из вощеного картона. Такую разновидность предпочитают опытные любители снюса за возможность самостоятельно подбирать нужную дозировку.
- С добавками. Многие производители добавляют в табачную смесь ароматизаторы и усилители вкуса. Наиболее популярные — ментол, эвкалипт, дыня, мята, малина, бергамот.

Сколько никотина содержится в снюсе?

Основной состав снюса — сортовой мелкорубленый табак, поэтому чистое содержание никотина в порции наркотика в 5-10 раз выше, чем в обычной сигарете.

Среди курильщиков широко распространен миф о том, что замена сигарет на жевательный снюс помогает справиться с никотиновой зависимостью. Это не так. Зависимость лишь усиливается из-за более высокого содержания никотина в снюсе и более продолжительного времени употребления. Так, снюс держат в ротовой полости от 30 минут до часа, и все это время организм впитывает никотин. А сигарету курят за несколько минут, и при этом часть никотина в виде дыма растворяется в воздухе.

Снюс рассасывают 30-60 мин, и всё это время организм впитывает никотин.

Как употребляют снюс?

Наиболее распространенные способы употребления снюса:

- Рассасывание. Пакетики со смесью помещают под верхнюю или нижнюю губу и рассасывают от получаса до часа.
- Жевание. Любители рассыпного и ароматизированного снюса часто разжевывают смесь.

Снюс — механизм действия.

По своему действию снюс — наркотик-психостимулятор. При рассасывании или жевании никотин из табачной смеси впитывается через слизистые ротовой полости в кровь и попадает вместе со слюной в желудок, где через стенки желудка тоже попадает в кровоток. Кровь быстро разносит наркотик по всему организму, и никотин попадает в головной мозг. Там он блокирует m-холиновые рецепторы мозга, что приводит к выбросу адреналина и глюкозы в кровь. Именно они формируют наркотическое действие снюса:

- Адреналин сужает сосуды и ускоряет сердцебиение, повышает мышечный тонус, снижает аппетит, стимулирует работу центральной нервной системы: вызывает чувство бодрости, но при этом приводит к нервному перевозбуждению с чувством тревожности и смутного беспокойства.
- Глюкоза провоцирует повышение уровня «гормона удовольствия» дофамина — поэтому при употреблении снюса человек ощущает наслаждение. Но при резком выбросе глюкозы активно вырабатывается инсулин — гормон, который регулирует ее уровень в крови. Он связывает сахар — и его уровень становится еще ниже, чем был до приема никотина. Такие резкие перепады уровня глюкозы провоцируют стресс, раздражительность и тревожность, а также усталость после окончания действия никотина.

Смертельно опасно!

Самым страшным последствием является необратимая умственная деградация.

Необходимо как можно раньше распознать зависимость и начать ее лечить.