

О вреде снюса

Жевательный табак (снюс)

Жевательным называется бездымный цельнолистовой табак, содержащий соли, увлажнители и ароматизаторы. Он закладывается за щеку или губу и жуется, в результате чего быстро впитывается в слизистые оболочки и попадает в кровь.

Снюс обычно приравнивают к жевательному табаку, но это скорее его разновидность, которая сейчас пользуется популярностью.

На реализацию жевательного табака наложен запрет на всей территории Евросоюза, исключая Швецию и Норвегию.

В России в 2015 г. были введены штрафы за продажу жевательного табака.

Популярностью пользуется жевательный табак с ароматизаторами и вкусовыми добавками — кофе, мятой, лаймом, лакрицей. Разновидностей снюса сейчас очень много, отчасти поэтому люди и проявляют к нему повышенный интерес.

Эффект

Если при курении никотин из табака проникает в организм с дымом, то при жевании или рассасывании — через слюну, с которой быстро всасывается в слизистые и кровь. Снюс помещают обычно под верхнюю губу, где его держат от 5 минут до часа. Когда вкус или эффект ослабевает, его выплевывают, при необходимости заменяя новой порцией.

Когда никотин поступает в организм, человек ощущает расслабление, как и в результате курения. За счет различных добавок слюна после снюса становится вкусной, и для усиления эффекта ее глотают.

Однако, если человек выбрал табак с высоким содержанием никотина, после проглатывания слюны он почувствует симптомы отравления:

- головокружение;
- тошноту;
- рвотные позывы.

Поэтому люди, употребляющие снюс, сплевывают слюну, которую нельзя проглатывать.

Вред и последствия

Исследователи утверждают, что жевательный табак провоцирует развитие ряда заболеваний:

- болезней носоглотки;
- рака желудка, простаты, кишечника;
- потери чувствительности вкусовых рецепторов;
- нарушений аппетита;
- сердечных патологий;
- гипертонии;
- заболеваний зубов и десен;
- атрофии мышц.

Употребляя снюс, человек не вдыхает токсичный дым, но все равно подвергает организм вредному воздействию.

Дело в том, что в жевательном табаке, как и в курительном, содержатся вредные вещества в высокой концентрации:

- никотин;
- канцерогены;

- соль;
- сахар.

Одна порция снюса содержит в 5 раз больше никотина, чем сигарета. Поэтому у людей, потребляющих жевательный табак, быстрее развивается привыкание, причем одновременно и физическое, и психологическое. Все это и является ответом на вопрос, вреден ли снюс.

Оздоровиться с переходом от курения к жеванию табака невозможно. В ходе экспериментов установлено, что от одной порции снюса организм получает столько же никотина, сколько от одной сигареты. Потребление двух пачек жевательного табака в неделю провоцирует тот же эффект, что выкуривание 1,5 пачек сигарет в день.

Многие производители сейчас выпускают снюс с низким содержанием никотина. Думая, что он абсолютно безвреден, его часто начинают пробовать подростки, чтобы испытать новые ощущения или казаться более взрослым и солидным в глазах сверстников.

По мере развития зависимости подросток начинает переходить на более крепкие сорта в надежде получить расслабление, которое он испытал в первый раз, но этого не происходит. В результате человек, наоборот, становится более раздражительным.

При попытке прекратить употреблять снюс развивается сильная никотиновая ломка.

Синдром отмены сопровождаются неприятные симптомы и последствия:

- агрессивность;
- плохое настроение;
- депрессия;
- сильный стресс;
- расстройства пищеварения;
- нарушения ночного сна.

Кроме того, в составе снюса присутствует 28 канцерогенов, в том числе никель, радиоактивный полоний-210, нитрозамины. Все эти вещества даже в малых дозах провоцируют развитие раковых опухолей, а в жевательном табаке их содержание превышает все допустимые нормы.

По информации онкологического общества, у потребителей жевательного табака в 50 раз чаще выявляется рак десен, щек, внутренней поверхности губ. Клетки тканей в этих областях пытаются создать барьер, который бы препятствовал дальнейшему распространению снюса. Однако из-за воздействия канцерогенов здоровые клетки трансформируются в раковые.

После всасывания в слизистые канцерогены из жевательного табака попадают в кровь, с которой разносятся по всему телу. **Поэтому онкологический процесс может возникнуть не только в ротовой полости, но и в любой другой части организма.** Чаще всего страдают желудок, кишечник, а у мужчин — еще и простата.

Повышенное содержание соли в снюсе может спровоцировать скачок артериального давления. Это создает риски возникновения болезней сердца и сосудов, а также гипертонии. В Швеции, на родине снюса, откуда распространяются мифы о безопасности его употребления для организма, эта вредная привычка является причиной более 5% сердечных приступов.

Высокая концентрация сахара в жевательном табаке приводит к стоматологическим болезням. Многие производители утверждают, что от снюса, в отличие от сигарет, не возникает кариес и желтый налет на зубах, а также не появляется специфический запах изо рта. Отзывы ученых говорят о том, что это всего лишь рекламный трюк.

Из-за постоянного жевания табака снижается чувствительность вкусовых рецепторов. Это приводит к расстройствам пищевого поведения. Человек теряет аппетит или же приобретает нездоровые пристрастия в еде, в результате чего у него нарушается пищеварение.

Кроме того, жевательный табак может вызвать атрофию мышц. Поэтому его употребление для улучшения результатов спортивных соревнований необоснованно.

Осторожно: снюс!

