

Профилактика употребления бестабачных НИКОТИНОВЫХ смесей



Разведение понятий

Снюс — сосательный табак,
«закладываемый» под верхнюю губу

Насвай — сосательный табак,
«закладываемый» под нижнюю губу

Сосательная бестабачная никотиновая смесь, «закладываемая» под верхнюю губу,
как и снюс

Правовое регулирование оборота данной продукции

Снюс и насвай, являясь табачной продукцией, **ЗАПРЕЩЕНЫ** на территории РФ.

Бестабачные никотиновые смеси, не являясь табачным продуктом, на федеральном уровне не запрещены, но на территории большинства регионов существуют локальные законы, запрещающие продажу данного продукта

Состав бестабачной никотиновой смеси



Что такое БНС?

БНС трудно отнести к конкретной категории товаров

Пищевой продукт (так как содержит соль и соду), но таковым не является, так как никотин не является пищевой добавкой

Лекарство (так как содержит никотин), но в аптеках не продается, так как не является лекарством

Табачная продукция (так как содержит никотин), но в табачном отделе не продается, так как не содержит табак

На БНС нет сертификатов качества, что в принципе не позволяет продавать данный продукт



Механизм действия

Соль, входящая в состав бестабачной никотиновой смеси, вызывает раздражение слизистой оболочки, с которой контактирует, и образует маленькие ранки, через которые никотин попадает в кровь, вызывая эйфорию за счет повышения уровня сахара и адреналина в организме

Как понять, что человек употребляет бестабачную никотиновую смесь

Прямой признак употребления БНС – наличие **коробочки-шайбы** с порционными пакетиками

Поведение. Частые движения лицевых мышц, характерные для рассасывания, легкое нервное возбуждение, перепады настроения, нетипичная раздражительность и тревожность, рассеянность и снижение трудовых/учебных показателей

Физические изменения. Резкая потеря веса, землистый и сероватый цвет лица, темные круги под глазами, частые жалобы на головную и сердечную боль, частые проблемы с зубами

Последствия для здоровья

Сахарный диабет

Тяжелые патологии сердца и сосудов

Язвенные поражения десен

Поражение органов ЖКТ

Сильная зависимость с синдромом
отмены (ломка)

Признаки зависимости при синдроме отмены

- Резкие перепады настроения
- Тревожность и раздражительность
- Усталость и сложности с концентрацией внимания
- Бессонница или чрезмерная сонливость
- Резкий подъем аппетита, быстрый набор веса
- Головные боли, частое головокружение
- Частые скачки давления
- Частые сбои сердечного ритма
- Нервное дрожание конечностей



Последствия для социального статуса человека

Постановка на учет в наркологический или психоневрологический диспансер

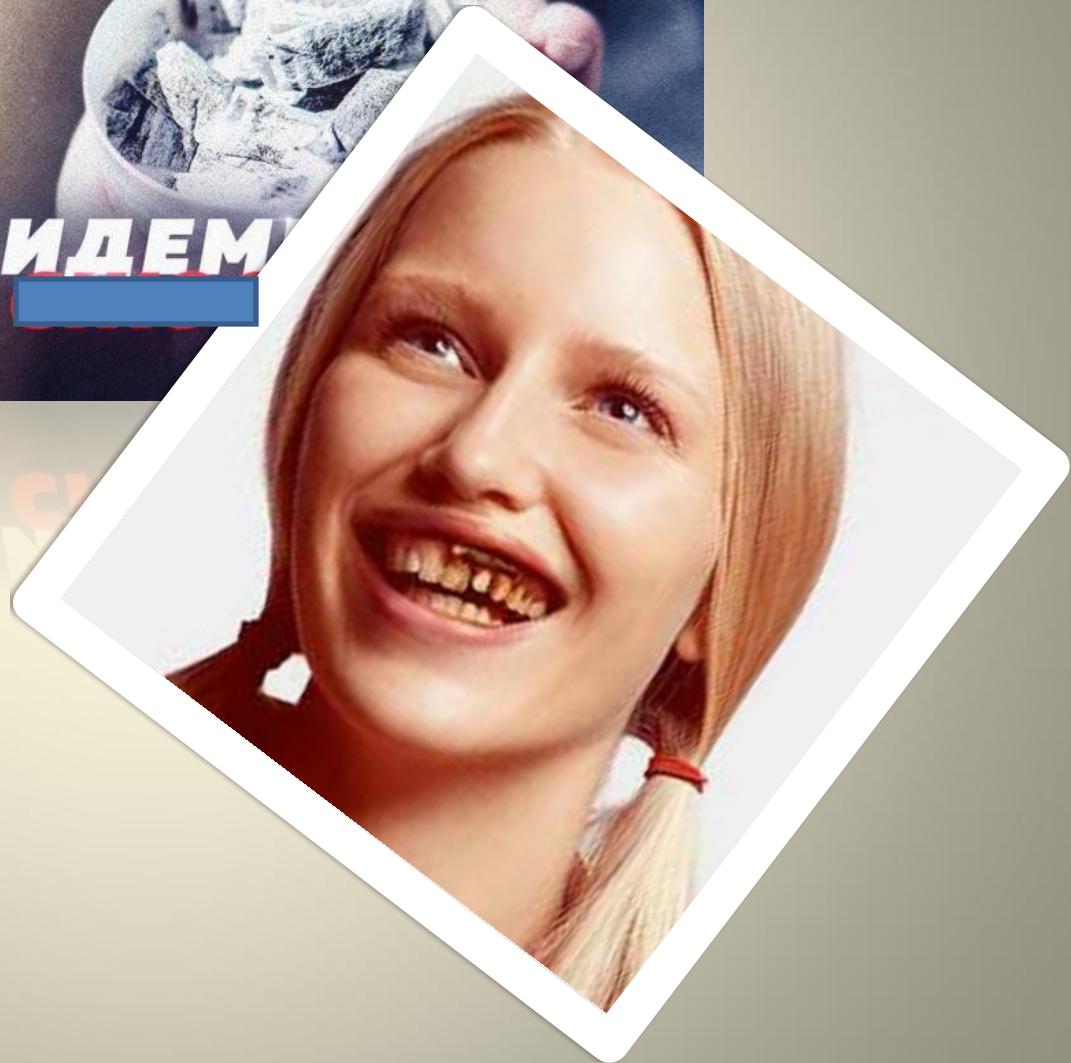
Сложности в получении водительских прав

Проблемы с трудоустройством

Нахождение «на крючке» у дилеров, на которых работает человек

Как преодолеть зависимость от бестабачных НИКОТИНОВЫХ СМЕСЕЙ

1. Начинайте употреблять меньшее количество БНС (количество пакетиков, снижение дозы никотина)
2. Начните заниматься спортом, ведите активный образ жизни. Это поможет отвлечься
3. Не поддавайтесь провоцирующим факторам (алкоголю, стрессу)
4. Заведите новые привычки
5. Пospорьте с другом на деньги. У вас будет мотивация отказаться от вредной привычки, заработать деньги



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!