

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПОПРОБОВАЛ НИКПАК?

1. Выстроить с ребенком доверительные отношения. Если подросток будет получать поддержку, внимание и уверенность от своей семьи, то ему не понадобится использовать сомнительные средства вроде сигарет или наркотиков.
2. Объясните, почему это плохо, какие могут быть последствия.
3. Подумайте, чем вызван поступок сына или дочери, и будет ли просто разовой акцией или возможны повторы.



ВНИМАНИЕ!  
ВНИМАНИЕ!

Розничная продажа некурительных бестабачных никотиновых изделий несовершеннолетним и несовершеннолетними, потребление несовершеннолетними некурительных бестабачных никотиновых изделий, а также вовлечение несовершеннолетних в процесс потребления некурительных бестабачных никотиновых изделий запрещены законом Хабаровского края от 25 марта 2020 года № 51.

ВНИМАНИЕ!

# ПОМНИТЕ!

## УПОТРЕБЛЕНИЕ НИКОТИНА ОПАСНО В ЛЮБОМ ВИДЕ!



КГКУЗ «Медицинский информационно-аналитический центр» министерства здравоохранения Хабаровского края

Центр медицинской профилактики

[www.cmp.medkhv.ru](http://www.cmp.medkhv.ru)

# ПОДУМАЙ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ...



**Бестабачный снюс, или никпак (никотиновый пакетик)** — это современная разновидность бездымных жевательных изделий, которые содержат никотин. Средство обычно упаковано в порционные пакетики, которые при использовании помещают в полость рта. Таким образом, человек получает дозу никотина без дыма.

**!!! Содержание никотина в одном никпаке больше, чем в целой пачке сигарет !!!**



Преобладающая аудитория потребителей никпаков – подростки

## ЧЕМ ТАК ПРИВЛЕКАТЕЛЬНО ЭТО ЗЕЛЬЕ ДЛЯ МОЛОДЕЖИ?

- ❖ Мощнейшая доза никотина создает у подростка эффект легкой расслабленности и одурманивания, которые наступают уже спустя несколько минут после использования вещества;
- ❖ Употребление никпака легко скрыть — от него нет запаха, лишь аромат вкусовых добавок и ароматизаторов, поэтому многие зависимые от него школьники используют его прямо на переменах. Но, невозможно обмануть организм!
- ❖ Модные интернет-блогеры — кумиры молодежи всячески поддерживают употребление никпаков.

## ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ НИКПАК?

Обычно в него входят:

- никотин от 20 мг и больше;
- целлюлоза или трава, которые пропитываются никотином;
- соль и /или сахар;
- синтетические вкусовые добавки и ароматизаторы.

## В ЧЕМ КОВАРНОСТЬ «БЕЗВРЕДНОГО» НИКПАКА?

❖ Никпак считается безопасной альтернативой сигаретам, так как при его использовании нет продуктов сгорания табака. Но в организм попадает в десятки раз больше никотина, нежели при выкуривании одной, даже самой крепкой сигареты. Для неокрепших организмов подростков это чревато отравлением, судорогами, в худшем случае — летальным исходом.

❖ Бросить курить с помощью никпака не удастся. Высокая концентрация никотина в организме становится причиной практически молниеносного формирования зависимости. Многие потребители бездымного табака впоследствии переходят на курение обычных сигарет.

❖ Благодаря специфическому способу приема огромная доза никотина поступает сразу в головной мозг, минуя естественный фильтр нашего организма — печень. Отсюда неадекватное поведение — неуправляемость, агрессия, неконтролируемые поступки.

❖ У подростков, употребляющих никпак, формируется хроническое отравление никотином, в результате снижается память, концентрация внимания, ухудшается успеваемость.

❖ Никпак воздействует на сердце и сосуды еще губительнее, чем сигареты. У принимающих его больше риск инфаркта и инсульта.

❖ При употреблении никпака катастрофически быстро разрушаются зубы и десны, формируются эрозии и язвы ротовой полости.

## КАК ЗАПОДОЗРИТЬ УПОТРЕБЛЕНИЕ НИКПАКА РЕБЕНКОМ?

- ✓ частые движения лицевых мышц, характерные для жевания или рассасывания;
- ✓ перепады настроения;
- ✓ рассеянность и снижение успеваемости;
- ✓ нетипичная раздражительность и тревожность;
- ✓ снижение аппетита;
- ✓ частые жалобы на головную боль, першение в горле, кашель;
- ✓ бессонница и при этом приподнятое настроение;
- ✓ резкая потеря веса;
- ✓ частые проблемы с зубами.

