

**Комитет образования и науки
Волгоградской области
Государственное автономное учреждение дополнительного профессионального
образования
Волгоградская государственная академия последипломного образования
(ГАУ ДПО «ВГАПО»)
Научно-методический центр психолого-педагогического сопровождения**



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ БЕЗДЫМНОГО ТАБАКА и других ПАВ

Волгоград, 2025

ЧТО ТАКОЕ СНЮС?

Снюс (или, как его называют в подростковой среде, «загубный табак») — бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах (пакетиках, леденцах и др.) и применяется как сосательный табак.

Снюс в виде порционных пакетиков или рассыпчатого табака помещают между десной и верхней (иногда нижней) губой на 5-30 минут для того, чтобы никотин всасывался в кровь и поступал в организм, минуя гортань и легкие.



ОБЩИЕ ПРИЗНАКИ НАЧАЛА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ И НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ ПОДРОСТКАМИ:

- Снижение интереса к обычным развлечениям, привычному времяпрепровождению, спорту, любимым занятиям.
- Появляется отчужденность, эмоционально холодное отношение к окружающим, могут усилиться такие черты, как скрытность и лживость.
- Частые смены настроения, чрезмерная эмоциональность, которая может сменяться «уходом в себя», депрессией.

- Компания, с которой общается подросток, зачастую состоит из лиц более старшего возраста.
- Тенденция общаться по преимуществу с подростками, которые заведомо употребляют наркотики и – или другие психоактивные вещества.
- Эпизодическое наличие крупных или непонятного происхождения больших сумм денег, не соответствующих достатку семьи. Появляется стремление занять деньги или отобрать их у более слабых.
- Раздражение на коже, слизистых оболочках, беспричинное сужение или расширение зрачков.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ СНЮСА:

- Общайтесь с ребенком. Помните, отсутствие общения с вами заставит ребенка обратиться к другим людям. Старайтесь выступать инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком.
- Умейте слушать! Изначально стройте диалог с ребенком в позиции «Я мало говорю, я слушаю». Постарайтесь максимально узнать о проблемах и трудностях своего ребенка.
- Уделяйте внимание взглядам, чувствам и эмоциям ребенка.
- Не сравнивайте его с собой, или другими подростками. Не осуждайте. Помогите ему найти другие пути решения подобной ситуации, раскройте в нем возможность размышлять, оценивать.
- Знайте его компанию. Вы должны быть в курсе, с кем общается ваш ребенок, интересы его компании, увлечения, манеру общения.

ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ СНЮСА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ КРАЙНЕ ОПАСНЫ:

- остановка роста;
- повышенная агрессивность и возбудимость;

- ухудшение когнитивных процессов;
- нарушение памяти и концентрации внимания;
- высокий риск развития онкологических заболеваний, прежде всего желудка, печени, полости рта;
- ослабление устойчивости к инфекционным заболеваниям.

**Снюс не помогает бросить курить,
так как содержит
тот же самый наркотик, что и сигареты
- никотин!**

РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ!

Тактичность и осторожность в общении с несовершеннолетним, имеющим наркологические проблемы, являются обязательным правилом, так как необоснованные подозрения в употреблении наркотических веществ могут сами по себе оказаться психотравмирующим фактором и, в свою очередь, привести к их реальному употреблению.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Здоровье ребенка - самое большое счастье для родителей. Но, к сожалению, все больше и больше подростков начинают употреблять табак, алкоголь и другие вещества, наносящие вред здоровью! Необходимо научить подростка избегать ситуаций, в которых на него кто-либо сможет оказать давление, научить **сказать «НЕТ»**

