

Тезисы к выступлениям на семинаре методического объединения классных руководителей.

## СПАЙС - ДОРОГА В БЕЗДНУ! А СНИОС?

«Курительные смеси» под торговым названием «Спайс» (так называлось вещество в фантастическом романе Фрэнка Герберта «Дюна», вдыхание которого вызывало яркие галлюцинации).

**Спайс** - синтетический наркотик, один из брендов синтетических курительных смесей, поставляемых в продажу в виде травы с нанесенным химическим веществом. Как правило, в состав спайса входят высушенные обыкновенные травы и травы-энтеогены, обладающие психоактивным действием на сознание человека. Спайс продается под видом благовоний и арома-средств. Состав смеси может включать в себя кроме энтеогенов другие синтетические химические вещества.

Энтеоген —класс растений, использующихся для достижения измененного состояния сознания, обладает психоактивным действием, аналогичным действию марихуаны. Установлено, что действующим компонентом смесей являются не вещества растительного происхождения, а синтетические аналоги тетрагидроканнабинола. По заявлениям производителя травяные смеси Spice содержат компоненты следующих растений: *Canavaliarosea*, *Nymphaeaalba* и *Nymphaeacaerulea*. Некоторые из этих растений могут обладать определённым психоактивным действием. Влияние синтетических каннабиноидов на организм человека изучено недостаточно. Их действие на психику схоже с действием тетрагидроканнабинола.

Спайсы делятся на две группы:

1. **Натуральные.** К данной группе можно отнести множество растений произрастающих в средней полосе России: «Алтей», «Кувшинка Белая», «Роза», «Клевер Луговой», «Пустырник», «Шалфей» и другие. В составе курительной смеси эти растения разбавляются экзотическими травами: «Канавалия Морская», «Индийский воин», и так далее. Многие из растений содержат в составе наркотические и психотропные вещества.
2. **Химически насыщенные.** Из популярных курительных смесей полученных методом химической обработки можно выделить: «Chillin», «ZoHai» «SpiceDiamond»,. Эти спайсы содержат в себе синтетический галлюциноген, созданный в США. Его название «JWH-018» содержит в себе инициалы разработчика Джона Хоффмана. Возможно, профессор Хоффман не предполагал, что его синтетический каннабиноид «JWH-018» в 5 раз сильнее натурального аналога и в два раза быстрее вызывает зависимость у человека.

Растения, влияющие на сознание людей, появились в глубокой древности. Их использовали знахари, колдуны и шаманы. В Азии дым курительных смесей использовался для медитации и вхождения в состояние транса. Для современного человека открытие курительных смесей (спайсов) произошло совсем недавно.

Рынок наполнен широким ассортиментом растений энтеогенов, непосредственно воздействующих на психику человека. Данный товар быстро приобрел популярность среди молодежи. Продажа спайсов сначала велась легально, без каких-либо ограничений.

Курительные смеси на рынках европейских стран появились задолго до поступления на Российский рынок. Указанные страны быстро регламентировали полный запрет на продажу зелья. Запрет на курительные смеси принят и в России. В соответствии с законодательством, лица, осуществляющие производство, хранение, сбыт, распространение и контрабанду Спайса, привлекаются к уголовной ответственности.

Правоохранительные органы закрывают точки продажи, приостанавливают деятельность множества Интернет-ресурсов, занимающихся рекламой и торговлей курительных смесей. Имеются юридические несостыковки в применении запретов. Разработчики зелья идут в ногу со временем, и разрабатывают новые химические компоненты. Если после химического анализа обнаруживается, что данные вещества не внесены в список запрещенных, то с юридической точки зрения сделать ничего нельзя.

Торговля Спайса сегодня в основном стала вестись через интернет, что затрудняет контроль за его реализацией. Эффект от курения "Спайсов" схож с симптомами серьезных психических заболеваний, отмечают наркологи. Согласно их мнению, смеси надо запрещать в принципе, не исследуя их состав, ведь производители его постоянно меняют.

Сейчас в крупных городах России и ближнего зарубежья практически нет молодежи, которая хотя бы раз не слышала о таком виде курительных смесей. Наша страна занимает первое место по смертности среди подростков, ведь употребление наркотиков приводит к суицидальным попыткам. Особенно популярен этот наркотик среди молодежи в возрасте от 18-25 лет. Миксы для курения становятся первым шагом на пути перехода к более тяжелым наркотикам.

Психологическая зависимость от Спайсов у подростков формируется быстро. Без курения смесей спайсовый наркоман ощущает тревожность, впадает в депрессию. Жизнь кажется серой, тусклой, неинтересной. Насколько опасен «Спайс» и как определить, что человек его принимает.

#### ***Признаки употребления курительных смесей.***

Действие наркотика может длиться от 20 минут до нескольких часов.

- Сопровождается кашлем (обжигает слизистую);
- Сухостью во рту (требуется постоянное употребление жидкости);
- Мутный либо покрасневший белок глаз (важный признак! Наркоманы знают о нем, поэтому носят с собой глазные капли);
- Нарушение координации;
- Дефект речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной пленки);
- Заторможенность мышления;
- Неподвижность, застывание в одной позе при полном молчании (если сильно обкурился, минут на 20-30);
- Бледность кожных покровов;
- Учащенный пульс;
- Приступы смеха, потеря контроля над эмоциями, перепады настроения;
- Изменения зрительного и слухового восприятия (галлюцинации).

Из наиболее острых последствий приема зелья можно выделить:

1. Центральные нервные реакции. Обусловлены воздействием компонентов курительной смеси на головной мозг человека. При этом может возникать эйфория,

неосознанные желания, отсутствие сосредоточенности, различные непроизвольные реакции (плачь, смех), галлюцинации. Неспособность курильщика управлять собственными эмоциями и действиями приводит к трагическим последствиям, одним из которых может быть смертельный исход. Наркоманы разрушают социальные связи. Учёба, работа, дружба – всё это больной теряет в результате пристрастия к наркотикам

2. Токсические реакции. Прием большого количества токсичного дыма приводит к учащенному сердцебиению, повышению артериального давления, рвоте, судорогам, потере сознания. Зафиксированы случаи комы.

3. Местные реакции на слизистые оболочки. Курение спайсов, как и обычных сигарет вызывает раздражение дыхательных путей. Как следствие: осиплость голоса, кашель, слезотечение. Возможно развитие воспалительных заболеваний дыхательных путей: ларингиты, бронхиты, фарингиты. Не исключено возникновение опухолей.

**Три стадии** действия Спайса и любого наркотика таковы:

Маленькая доза стимулирует, что проявляется в повышении энергии, ощущении эйфории и удовольствия. Это объясняется тем, что тело ускоряет свои процессы, чтобы быстрее вывести из организма чужеродное вещество;

- большая доза успокаивает (всеми известные седативные препараты и снотворные являются наркотиками);
- еще большая доза убивает (именно это явление ассоциируется с названием «яды», и именно поэтому возникает передозировка).

Еще некоторые признаки того, что вещество является наркотиком:

- необходимость увеличивать дозу. Практически каждый раз эффект от спайса снижается и нужна доза побольше, или наркотик посильнее.
- идея о необходимости наркотика. Зависимый человек найдет сотню причин принять спайс – надо отдохнуть, снять напряжение, и даже вескую как боль и недомогание.

Эффекты от курения спайса: галлюцинации, отсутствие связи с реальностью, отсутствие «инстинкта самосохранения», неадекватное поведение. Единственной реальностью, которую человек воспринимает, является галлюцинация. Самые ужасные её последствия – это попытки суицида, когда чтобы избавиться от панического страха наркозависимый бросается с крыши или убивает себя другим способом. После того, как эффект от спайса проходит, человек может ничего не вспомнить, но будет испытывать депрессивное состояние, подавленность и раздражительность. Постепенно ухудшаются память, интеллект, внимание, развивается слабоумие. Клетки мозга из-за токсинов погибают. Человек превращается в овощ, даже если он разговаривает и улыбается.

Последствия приема спайсов отражаются не только на здоровье людей, но и на социальном развитии общества в целом: снижается трудоспособность населения, повышается криминализация, распадаются молодые семьи и др. Токсины спайса разрушают психику и духовную составляющую человека, его тело: развиваются раковые клетки, снижается эрекция у мужчин и либидо у женщин, страдают легкие, сердце, печень и другие органы. Принимающий спайс наркоман становится бесплодным, у него колет в сердце, часто болит голова, частые симптомы - это тошнота и рвота.

**Вывод:**

- вред Спайса в настоящее время не вызывает сомнений и его влияние на организм такое же, как от употребления тяжелых наркотиков, таких как героин и марихуаны.
- Большинство погибших и пострадавших составляют подростки и молодые люди, скромный жизненный опыт которых порой не позволяет им избегать ошибок.

- необходима просветительская работа среди молодежи в целях повышения осведомленности об опасностях, связанных с употреблением курительных смесей.
- нужно учить подростков анализировать свои поступки и уметь предвидеть, что может последовать после удовлетворения своего любопытства.

### ***Рекомендации по профилактике употребления курительных смесей подростками***

1. Пропаганда здорового образа жизни так, чтобы здоровый образ жизни был престижным и выгодным.
2. Запрет на любую рекламу курительных смесей в интернете и СМИ.

## **СНЮС**

**СНЮС** – бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах и применяется как **жевательный табак**. Его в виде порционных пакетиков или рассыпного 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. Это вещество не только табак. В его состав входит табак, вода как увлажнитель, сода для усиления вкуса и соль или сахар как консервант. В некоторые смеси для дополнительного аромата добавляют эфирные масла, листья других трав, кусочки ягод и фруктов.

### **Немного истории и о распространении снюса**

**Снюс** впервые появился в Швеции в 1637 году и до сегодняшнего времени употреблялся именно в этой стране. В последнее время он стал популярным в Норвегии, завоевал определенную популярность и в странах ЕС, США и России. Во всех странах, кроме США, Швеции и Норвегии, его продажа была запрещена из-за вредного влияния на организм. **Вред снюса** оценивается как более сильный, чем от **курения табака**.

В странах Европы **снюс** попал под запрет в 1993 году. В РФ запрет на эту форму табака был введен в 2015 году. Но его продолжают ввозить под видом жевательного табака и продают в интернете и торговых точках в городах страны.

### **Виды снюса**

Промышленность выпускает два вида снюса:

- порционный – упаковывается в небольшие похожие на чайные пакетики по 0,3 – 2 г;
- рассыпной – он продается на вес в картонных упаковках с пластиковой крышкой.

Порционный **снюс** появился в 1979 году и стал более популярным. Его фасуют в пакеты:

- мини – 0,3 – 0,4 г; стандартный (или большой) – 0,8 – 1 г; макси – 1,5 – 2 г.

Пакеты могут быть коричневыми – их окрашивают табаком и опрыскивают водой, или белыми. Мужчины предпочитают коричневые упаковки, женщины – белые.

Рассыпной **снюс** покупают на развес и употребляют по 1 – 2 г, закладывая за верхнюю губу. Перед введением при помощи пальцев или дозатора из него формируют комочек.

Большая часть **снюса** выпускается без ароматизаторов и имеет вкус и запах табака. Однако есть и ароматизированные сорта с добавками: мята, лаванда, лайм, кофе, ваниль, дыня, ментол, малина, бергамот, дыня, виски и пр.

### **Как действует снюс?**

**Употребление снюса**, как и курение сигарет, направлено на поступление в организм никотина. В жевательном табаке содержится намного больше никотина, чем в курительном. В кровь попадает примерно одинаковое количество. Через 30 минут после закладки порции в крови определяется около 15 нг/мл никотина, а затем на протяжении длительного времени удерживается показатель 30 нг/мл. При этом в отличие от курения,

при употреблении снюса в организм не попадает табачный дым и вещества, находящиеся в нем. Поначалу **употребление снюса** может казаться безопасным и менее вредным.

### **Зависимость от снюса**

**Снюс** неминуемо вызывает никотиновую зависимость. Специалисты уверены, что физическая и психическая зависимость от **снюса** намного сильнее и избавиться от нее крайне трудно. По сложности лечения ее нередко ставят в ряд, если не с наркотической, то с алкогольной или табачной зависимостью.

Производители распространяют миф о снюсе – мол, продукт может снижать тягу к курению и помогает справиться с табачной зависимостью. Истиной является только первая часть мифа – снюс может сократить количество выкуриваемых сигарет или даже некто бросит курить сигареты. Вторая часть мифа – ложь, так как желание курить сменится тягой к закладыванию табака и никотиновая зависимость никуда не денется.

Привыкание при приеме снюса возникает намного быстрее, практически молниеносно, и зависимость от никотина выражена в большей мере. Даже при попытках держать **снюс** во рту всего 5–10 минут в кровь поступает большая доза никотина. Попытку заменять курение сосательным табаком можно сравнить с попыткой отказаться от приема легкого наркотика путем перехода на более тяжелый. Наблюдения показывают, что многие поклонники снюса впоследствии вновь переходят на курение сигарет.

Развитие зависимости зависит от скорости поступления психоактивного вещества в головной мозг. При сосании табака никотин попадает в мозг, минуя бронхи и легкие, намного быстрее. Кроме этого, в самой распространенной среди потребителей порции снюса содержится в 5 раз больше никотина, чем в сигарете. Поэтому зависимость от сосательного табака развивается быстрее и проявляется сильнее.

### **Является ли снюс наркотиком?**

**Снюс** состоит из табака, соли (или сахара), соды и воды. **Все эти вещества не являются наркотическими и поэтому сосательный табак нельзя считать наркотиком.** Такую аналогию обычно проводят в связи с появлением тяжелой никотиновой зависимости от снюса. Родителей настораживает форма приема сосательного табака в виде пакетиков, и они думают, что подросток начал принимать наркотики.

**Снюс** не является наркотиком, но он оказывает очень вредное воздействие на организм и возникающая на фоне его приема **никотиновая зависимость** нуждается в лечении. Борьба с приемом должна начинаться как можно раньше, так как зависимость развивается очень быстро и тяжелее поддается терапии. **Вред снюса** очевиден.

### **Последствия от снюса**

- Сосание снюса почти в 100% случаев приводит к появлению неопухолевых поражений слизистой рта. Она постоянно подвергается раздражению, и клетки прекращают нормально функционировать и развиваться. Особенно опасен снюс для лиц до 18 лет. Он вызывает быстрое ее ороговение даже после месяца приема сосательного табака. Это ее состояние является предраковым. Исследования показывают, что в снюсе выявляется до 28 канцерогенов. Они чрезвычайно опасны и повышают вероятность развития рака щек, десен и внутренней поверхности губ в 40 раз.
- По данным исследований из-за приема снюса риск развития рака поджелудочной в США возрос на 40%, а в Норвегии – до 67%. По данным других исследований, опубликованных в медицинском журнале «The Lancet», этот показатель повышает риск появления раковой опухоли в этой железе в 2 раза.
- **Снюс** может способствовать развитию рака молочной железы у женщин до 55 лет.

- Прием сосательного табака во время беременности категорически запрещается, так как он может вызывать преждевременные роды и негативно отражается на развитии плода.
- Прием сосательного табака приводит к появлению никотина в крови и способствует спазмированию и сужению сосудов. Такое их состояние повышает риск развития ишемической болезни сердца, артериальной гипертензии, атеросклероза и инсультов.
- **Снюс** существенно вредит зубам. Постоянное воспаление десен, разрушительное воздействие на эмаль – все эти факторы увеличивают вероятность развития кариеса и пародонтоза, способствуют потемнению и разрушению малых коренных зубов, резцов и клыков.
- Прием сосательного табака сопровождается сильным слюноотделением и слюна, смешиваясь с никотином и канцерогенами, поступает после проглатывания в пищеварительные органы. Из-за этого слизистые желудка и кишечника, как и при приеме **жевательного табака**, постоянно подвергаются раздражению, воспаляются и на них могут формироваться эрозии и язвы. Поступление в органы пищеварения канцерогенов повышает вероятность развития рака желудка и кишечника.
- Исследования показывают, что заядлые поклонники снюса могут принимать до 3 банок сосательного табака. Если он содержит сахар, поступление в организм повышает риск развития сахарного диабета в разы.
- **Снюс** содержит никотин, его употребление негативно отражается на потенции. По статистике регулярное и частое употребление табачных изделий повышает риск развития импотенции на 65%. Страдает качество спермы и риск появления проблем с зачатием возрастает на 75%.

Риски при приеме снюса чрезвычайно велики. Зависимость от сосания табака намного сильнее, чем при курении сигарет. Прием табачных изделий наносит непоправимый вред организму.

### **Чем опасен снюс для подростков?**

**Снюс** особенно популярен среди подростков и молодежи. Среди этой категории он считается не только безопасным, но и модным. Некоторые подростки начинают употреблять снюс, так как его прием не так заметен родителям как курение сигарет.

**Снюс** в подростковом возрасте наносит такой вред:

- замедление и остановка роста;
- нарушение когнитивных процессов;
- ухудшение концентрации внимания и памяти;
- повышенная раздражительность и агрессивность;
- ослабление иммунитета и повышенная восприимчивость к инфекционным заболеваниям;
- высокий риск онкологических заболеваний полости рта, желудка и поджелудочной железы.

Почти все подростки, которые начали со снюса в течение четырех лет начинают курить сигареты. Это означает, что ко всем рискам добавляется вред от курения.

### **Отказ от снюса**

**Бросить курить сигареты**, а тем более отказаться от приема снюса, очень нелегко. Многим никотинозависимым для успеха необходима не одна, а несколько попыток для борьбы с пристрастием к табаку. Самостоятельные попытки только в 5% случаев оказываются успешными, и эта форма зависимости считается одной из самых непобедимых. Зависимость от снюса сильнее, чем от курения. Для ее преодоления понадобится специальное лечение: