

31 мая – Всемирный день без табака



Каждый год 31 мая Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и ее партнеры по всему миру отмечают Всемирный день без табака. Ежегодная кампания служит поводом для широкого информирования о вредных и смертельных последствиях употребления табака и пассивного курения, а также содействия сокращению употребления табака в любой форме. У российских школьников появилось новое «увлечение». На фоне снижения потребления сигарет среди подростков рынок табачной индустрии активно продвигает другие, не менее опасные никотинсодержащие изделия.

Не прошла мода на вейпы и электронные сигареты, которые пользовались популярностью среди школьников из-за их доступности, как в России совсем недавно начали активно рекламировать «жевательный табак» — снюсы.

Как правило, запрещенного «снюса» в продаже и не найти, однако в продаже все чаще можно увидеть так называемые «бестабачные смеси» — тот же «снюс», но с химическим никотином в составе. Их еще называют «пэками», и сегодня они являются товарами, не запрещенными к продаже в стране.

Снюс, как и табак для курения, неминуемо вызывает никотиновую зависимость. Многие специалисты уверены, что физическая и психическая зависимость от снюса намного сильнее и избавиться от нее крайне трудно. Именно поэтому по сложности лечения ее нередко ее ставят в один ряд, если не наркотической, то с алкогольной или табачной зависимостью.

Производители распространяют такой миф о снюсе – этот продукт может снижать тягу к курению и даже помогает справляться с табачной зависимостью. Истиной является только первая часть мифа – снюс действительно может сократить количество выкуриваемых сигарет до минимума или даже вы можете вовсе бросить курить сигареты. Однако вторая часть мифа – полнейшая ложь, так как желание курить сменится тягой к закладыванию табака за губу и никотиновая зависимость никуда не денется.

Здоровое поколение – это прежде всего основы здорового образа жизни, которые закладываются детям с детства.

**Всемирный день
без табака**



**БРОСАЙ
КУРИТЬ**

нг