

AKO KORISTIŠ SNUS, VRIJEME JE DA ODUSTANEŠ!

SRČANI UDAR - Srčani udar je samo jedna od kardiovaskularnih bolesti koje su usko povezane sa pušenjem duhana, a upotreba snusa zbog veće koncentracije nikotina može dodatno povećati rizik od srčanog i moždanog udara sa smrtnim ishodom.

DIJABETES TIP 2 - Visoki nivoi nikotina smanjuju efikasnost insulina u tijelu pa je pušačima sa dijabetesom potrebno više insulina da bi regulisali nivo šećera u krvi. Zbog toga pušači imaju 30-40% veće šanse da razviju dijabetes tipa 2, a prelaskom na upotrebu snusa taj rizik može biti samo veći, odnosno sposobnost kontrolisanja šećera u krvi se smanjuje.

KARCINOMI - Konzumacija snus proizvoda dovodi se u vezu sa nekoliko vrsta karcinoma: usana na mjestu korištenja, usne šupljine, pankreasa, debelog crijeva. Osim raka usta, snus može izazvati probleme kao što su bolesti desni, gubitak zuba i lezije oralne sluzokože.

PUŠENJE TOKOM TRUDNOĆE - Pušenje tokom trudnoće je veoma nezdravo i za majku i za bebu, a studije su pokazale da izlaganje snusu povećava rizik od vanmaterične trudnoće, mrtvorođenosti (neonatalne apneje), prijevremenog porođaja i rascjepa usne i nepca.



Ko snusa taj gubi!



**ŽIVI PAMETNO.
ŽIVI DUGO.
Živi BEZ SNUS-a!**

Odustani ili ne započinji

Konsumiranje snusa je loša ideja. Jedna studija je ponudila informacije o štetnosti snusa i povezanosti između upotrebe snusa sa karcinomom, dijabetesom tipa 2, fatalnim srčanim udarima, povišenim krvnim pritiskom i različitim problemima u trudnoći.



JZU ZAVOD ZA BOLESTI OVISNOSTI
ZENIČKO-DOBOJSKOG KANTONA

-  Aska Borića 28, Zenica
ZE-DO Kanton
Bosna i Hercegovina
-  zdkovisnosti@bih.net.ba
-  032 244 544
032 201 322
032 201 320, 032 201 321
032 444 910 - Detoks odjel
-  zavod.ovisnosti

antidroga
telefon: 032/244-544
www.zedo-ovisnost.ba



JZU ZAVOD ZA BOLESTI OVISNOSTI
ZENIČKO-DOBOJSKOG KANTONA

KO SNUSA TAJ GUBI!



zedo-ovisnost.ba



Kratki historijat - SNUS

Prva upotreba duhana u medicinske svrhe je bila u 16. vijeku. Francuski diplomata, Žan Nikot (po kom je nikotin i dobio ime) uzgajao je, a zatim sušio i na kraju mljeo listove duhana u fini prah koji bi udisao kroz nos i koristio za liječenje migrene. Nazalna upotreba duhana se proširila i na Švedsku, tokom 17. vijeka i postala naročito popularna među aristokratskim muškarcima i ženama. Švedski kralj Frederik I, je u 18. vijeku donio odluku da Švedska počne sa uzgajanjem sopstvenog duhana, pa su umjesto proizvoda koji se udiše na nos, napravili verziju koja se stavlja pod usnu i sisa – snus. Danas se snus proizvodi u Švedskoj i u zemljama Sjeverne Amerike. Prodaja snusa je ilegalna u svim zemljama Evropske unije, osim u Švedskoj, Estoniji, Mađarskoj, Danskoj, Norveškoj, a dostupan je i u Švicarskoj.

Imajte na umu da je riječ o pakovanjima opasnog sadržaja koji već godinama unazad uzima pažnju zdravstvenih radnika kao tanka linija između cigareta i droge, odnosno između lošeg i još goreg. I jedno i drugo su potvrđeni riziko faktori za fizičko i psihičko zdravlje, a posebno zbog osjećaja ovisnosti koji izazivaju.

Ko snusa taj gubi!

Šta je snus?

Snus je duhanski proizvod "bez dima", koji se ne puši već se pakuje u ambalažu koja podsjeća na kesice čaja. Ove duhanske nikotinske vrećice su sve popularnije među srednjoškolicima, pa čak i starijim osnovcima. Koriste se tako da se stave između usne i desni, iznad zuba i tako satima mogu biti izvor za upijanje nikotina iz sadržaja kesice. Pakovanja su tako dizajnirana da privlače pažnju na nešto delikatesno, bezopasnog izgleda, često sa likovima i motivima koji su afirmativni u društvu.



Dakle, imajte na umu da onaj ko počne da koristi snus ili bilo koju vrstu duhana, gubi svoju slobodu i ulazi u svijet ovisnosti.

Šta sadrži Snus?

Snus sadrži nikotin, u velikoj koncentraciji (do 60 mg po gramu suhe supstance), nitrospojeve kao konzervans. To su organski spojevi koji nakon početne ugode, oštećuju funkcionalnost nervnog sistema izazivajući haotičnost u mozgu sa posljedičnom zbunjenošću, nekontrolisanim aktivnošću do nekontrolisanih motornih pokreta pa sve do epi napada. Nitrospojevi su kancerogeni i u dužem vremenu konzumiranja izazivaju karcinome probavne cijevi, od usne šupljine do debelog crijeva. Nikotin djelujući na mišićne ćelije usporava pokrete u jajovodu što ima za posljedicu vanmaterične trudnoće. Smrtna doza nikotina u krvi je 1 mg/kg tjelesne mase. Nikotin je izrazito adiktivan i stvara ovisnost.

Je li snus štetniji od cigarete?

Snus sadrži više nikotina i više nitrozamina, cigarete sagorijevanjem daju ugljen monoksid i katranske spojeve kao produkt pirolize duhana. Ako ste u neodoljivom izboru između snusa ili cigarete, imajte na umu: da birate ili karcinom pluća (cigareta) ili karcinom usne šupljine i probavnog sistema, posebno pankreasa (snus), da birate između upalnih procesa na plućima (cigarete) ili većeg obolijevanja krvnih sudova, srčanog i moždanog udara (snus), da birate hoćete li trovati samo sebe (snus) ili i sebe i svoje okruženje-pasivno pušenje (cigarete), da birate hoćete li ovisnosti za mjesec dana (snus) ili za par mjeseci (cigarete), da birate neugodan zadrž iz pluća (cigarete) ili krezave zube (snus), da birate miris dima svoje odjeće ili neugodan ustajali miris vlastite sobe.

Opcija je na Vama da donesete odluku da ne birate ništa od toga, da ne konzumirate ni jedno ni drugo, NEGO donesite odluku DA ŽIVITE ZDRAVO.

Ko snusa taj gubi!

