Наистина ли никотиновите снусове са по-малко опасни от цигарите?

Новини | Спорт и здраве | на 16.04.2025 06:25

Защо говорим за това?

Пушенето е вредно. Ти сигурно вече знаеш това.
Ами другите никотинови продукти?
Наскоро отбелязахме Световния ден на здравето. Важно е да избягваме лошите навици, за да останем здрави.



Експертите винаги ни съветват да избягваме пушенето. Когато спират цигарите, някои хора прибягват до дъвчене на тютюн.

Снусовете са малки никотинови паучове (малки пакетчета), които се поставят под устната.

Други ги използват, защото си мислят, че са по-безопасни от пушенето. Това е особено вярно за онези, които никога не са плили цигара.

Снусовете съдържат никотин, овкусители, подсладители и други химически и потенциално канцерогенни вещества.

Хелена Копривиникар, лекарка от Националния институт за обществено здраве, обяснява как могат да ни повлияят те.
Никотиновите паучове могат да съдържат изключително високи нива никотин, тъй че могат да внесат в тялото повече никотин от тютюнопушенето.

Някои паучове съдържат под два милиграма никогин, а други - почти 50 милиграма. Някои имат дори повече.

Един пауч, който съдържа два-три милиграма, се равнява на една цигара.

Употребяващите никотинови паучове могат да усетят замайване, да им се повръща, да ги боли главата, сърцето им да почне да бие бързо или неравномерно, да им се вдигне кръвното налягане, да им изстинат краката и ръцете, да повърнат или да изпитат болки в корема.

Освен това може да се забележат язви в устата на мястото на пауча.

Тийнейджърите са много по-податливи на пристрастяване към никотина от възрастните.
Колкото по-млад е човек, когато започва да използва никотин, толкова по-вероятно и по-силно ще се пристрасти към него. Най-добрият начин да не се пристрастиш е прост - избягвай напълно никотиновите продукти!

Теми за размисъл:
Познаваш ли някого, който използва никотинови паучове?
Защо използването на никотин трябва да се избягва изцяло?
Не трябва ли да се забрани да се продават паучове на деца?

Статията е преведена от сайта на нашите словенски партньори, детската медия "Часорис". Можеш да видиш оригинала тук.

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:
/book/6286-naistina-li-nikotinovite-pauchove-sa-po-malko-opasni-ot-tsigarite

Сканирай този QR-код и влез директно във въпросника ->

©"Вижте" е издание на Фондация Гутенберг 3.0. Всички права са запазени