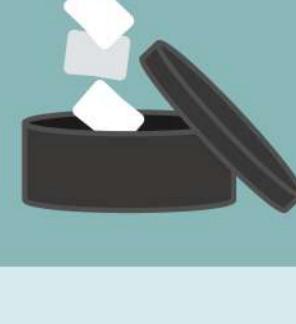


KAS IR NIKOTĪNA SPILVENTIŅI?

Nikotīna spilventini ir produkts, ko lieto iekšķīgi – ieviešo mutē starp augšlūpu un smaganu.



SATUR

Ķīmiskas vielas, NIKOTĪNU* un nikotīna sālus, dažāda veida aromatizētājus, saldinātājus, pildvielas un citas vielas, mikrocelulozes apvalku.

NESATUR

tabaku

- * NIKOTĪNS ir akūti toksiska viela, spēcīga nervu sistēmu apdraudoša inde, kas izraisa spēcīgu pieradumu un atkarību no tās. Lietojot ir iespējamas blakusparādības, kas galvenokārt atkarīgas no devas, iespējama pārdozēšana, šīs vielas uzņemšana organismā var izraisīt smagu saindēšanos un pat nāvi. Nikotīna nonākšana organismā īpaši bīstama ir nesmēkētājiem un deva, ko panes pieaudzis smēkētājs, bērnam var izrādīties letāla. Nikotīna uzņemšana grūtniecības laikā nopietni kaitē auglim.

Caur mutes dobuma gļotādu **organismā ļoti viegli nonāk toksiska viela - nikotīns!** Daudzums atkarīgs no nikotīna saturu spilventiņā, lietošanas ilguma un citiem faktoriem!

Spilventiņi NAV bezdūmu tabakas izstrādājums (piemēram Snus), lai gan to lietošanas veids ir līdzīgs.

IETEKME UZ VESELĪBU

- rada **atkarību**,
- rada sirds un asinsvadu sistēmas **traucējumus**,
- var veicināt īnsulīna rezistenci un **lipīdu anomālijas**,
- rada sāpes mutē un **gļotādas kairinājumu**,
- negatīvi ietekmē pusaudžu **smadzeņu attīstību**, ietekmējot tās smadzeņu daļas, kas kontrolē uzmanību, mācīšanos un garastāvokli.



NIKOTĪNA SAINDĒŠANĀS SIMPTOMI:



palielināts siekalu daudzums



apetītes zudums



reibonis



klepus



slikta dūša



dehidrācija



trīsas



ātra elpošana



vēdersāpes



acu kairinājums



trauksme un nemiers



paātrināta sirdsdarbība



vemšana



galvassāpes



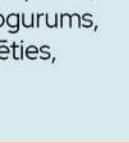
svīšana



paaugstināts asinsspiediens

SPILVENTIŅU LIETOŠANA IR BĪSTAMA VESELĪBAI.

Tā īpaši kaitīga bērniem, jauniešiem, personām, kas nekad nav smēkējušas un grūtniecēm!



NIKOTĪNA SPILVENTINI NAV ALTERNATĪVA CITIEM SMĒKĒŠANAS PRODUKTIEM!



Atceries! **NIKOTĪNA SPILVENTINI NEPALĪDZ ATMEST, BET GAN VEIDO ATKĀRĪBU!**



Saskaroties ar nikotīna atkarību, **palīdzību var meklēt pie speciālistiem** – narkologa, psihologa, psihoterapeita, atkarību profilakses speciālista vai konsultēties ar ģimenes ārstu.

Palīdzības saņemšanas iespējas pusaudžiem un viņu ģimenēm:

PUSAUDŽU RESURSU CENTRS



FACEBOOK
fb.com/pusaudzim



E-PASTS
info@pusaudzim.lv



SMS UN WHATSAPP
+371 25737363



www.vm.gov.lv



[Simbu profilakses un kontroles centrs](http://www.simbu.lv)