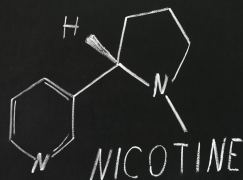


# KDYŽ ŽVÝKÁNÍ ŠKODÍ

Informace pro rodiče, děti a pedagogy



Užívání nikotinových sáčků je **nenápadné**. Mají různé **příchuťe** (např. mentol, žvýkačky, cukrová vata, různé ovoce...), **nekouří se z nich a nejsou cítit jako tabák**.

Mají **různou intenzitu** dle množství nikotinu, který obsahují. Jsou **běžně dostupné v trafikách** a na internetu a jejich cena je podobná jako u cigaret. Sáček se vkládá pod ret, nebo se přežvýkuje obvykle 15-30 minut. První účinky se projevují **drobným mravenčením**, které když skončí, je to signál, že se má sáček vyplivnout.

## NIKOTINOVÉ SÁČKY

Malé bílé sáčky, které neobsahují tabák, ale nikotin ano. Obvykle se prodávají v kulatých líbivých krabičkách s obrázkem, které připomínají puk nebo žvýkačky. Často s chytlavými "graffiti" nápisy a obrázky.

### RIZIKA

- Psychické obtíže (např. úzkosti, roztěkanost...)
- Při polknutí hrozí otrava
- Riziko předávkování nikotinem (při vysokých dávkách poruchy vědomí)
- Bušení srdce (ovlivňuje činnost srdce a oběhového systému)
- Žaludeční nevolnost, zvracení, průjem
- Bolest hlavy



### LEGISLATIVA

Dle Předpisu č. 174/2021 Sb., :

Sáček, obsahuje nikotin, tj. tabákový alkaloid a droga, **kteou je možné v ČR legálně užívat od 18 let!**

**Výrobek musí být uchováván mimo dosah osob mladších 18 let.**

SEMIRAMIS

LSA.partners

Laxus

# NIKOTINOVÉ SÁČKY



Tipy, které mohou pomoci



Mluvte s dětmi o nikotinových sáčkách otevřeně. Ptejte se, zda se s nimi setkávají, a co o nich ví.



Bud'te v rozhovoru partnery. Vyslýchání, zákazy, výhrůžky a zastrašování nefunguje.



Nabízejte dětem alternativu k rizikovému trávení volného času a upevňujte v nich pozitivní postoje ke zdravému životnímu stylu. Např. sportem, koníčky, volnočasovými aktivitami...



Ve školách mapujte situaci, s dětmi o tématu otevřeně mluvejte (nejen o rizicích, i mýtech). Věnujte se tématu v rámci primární prevence.



Školy mohou stejně jako např. u tabákových výrobků ošetřit užívání nikotinových sáčků ve školním řádu. Lze je zakázat. Z porušení školního řádu pak vyplývají výchovná opatření.



[prevence@os-semiramis.cz](mailto:prevence@os-semiramis.cz)



+420 770 184 289

Změna není jenom na dětech. Důležitá je podpora, bezpečí, důvěra i v nás, dospěláky.



**Spolu pomáháme najít správný směr!**