**Что такое сниффинг и чем он опасен для детей**

Сниффинг происходит от английского sniff – нюхать, вдыхать. Это разновидность токсикомании – в данном случае подростки вдыхают бытовой газ. Если раньше были популярны пары бензина или клей, то теперь настал черед зажигалок и туристических баллонов, продающихся на каждом углу. В их составе обычно стандартный набор – пропан, бутан, изобутан. Эти газы вдыхать практически так же легко, как и обычный воздух – рецепторы человека реагируют на повышенное количество углекислого газа, но не на пропан-бутан. Поэтому подросток легко может надышаться, а организм не поставит ему для этого преград. При вдыхании эти газы вытесняют кислород, что в итоге вызывает в мозге гипоксию –кислородное голодание.

В результате может возникнуть кратковременная эйфория. Побочных эффектов тоже хватает – тошнота, головокружение, дезориентация, галлюцинации. Гипоксия не приносит ничего хорошего и в долгосрочной перспективе. Даже если подышать газом единожды, это может серьезно навредить нервной системе – нейроны умирают, и человек попросту теряет умственные способности. А если делать это постоянно, может и мозг не восстановиться, и здоровая психика тоже. Но вреден не только недостаток кислорода: летучие вещества, содержащиеся в любой зажигалке, тоже затрагивают центральную нервную систему, нарушая микроциркуляцию крови и убивая клетки. От этого легко можно и умереть. При слишком большой «дозе» смерть может наступить от удушья, отека мозга, легких, паралича дыхания, закупорки дыхательных путей рвотными массами. Так что общественные деятели неспроста требуют поскорее ограничить продажу зажигалок и газовых баллонов подросткам.

По сути своей сниффинг несколько отличается от других видов токсикомании – если там на организм в основном воздействуют пары различных веществ, то здесь речь идет, по сути, об удушении: газы просто заменяют собой кислород, и мозг оказывается в том же состоянии, что и при временном удушье.

Главный внештатный специалист

психиатр-нарколог МЗ РА

Карпова Ирина Ивановна