



## Deti objavili drogu športovcov, medzi mladými je populárna a užívať sa dá aj počas vyučovania

**Žuvací tabak**, tzv. snus alebo snuff je prášok vo vrecúškach obsahujúci nikotín. Toto vrecúško sa vkladá medzi d'asná a hornú alebo dolnú peru. Následne sa nikotín začne rozpúšťať, môže sa objaviť jemné brnenie, čo znamená, že nikotín začína pôsobiť. Dĺžka pôsobenia jedného vrecúška je rôzna podľa odporúčania daného výrobcu, ale ide približne o dobu max. 30 minút. Užívanie žuvacieho tabaku navodzuje pocit spokojnosti a uvoľnenia. Pretože si telo časom na nikotín vytvára toleranciu, potrebuje postupne stále vyššie dávky, aby bol dosiahnutý požadovaný účinok. Preto sa rýchlo vytvorí závislosť na nikotíne a po jeho vysadení sa dostavia abstinenčné príznaky ako nervozita, depresívne nálady, poruchy spánku, príjmu potravy - nechutenstvo do jedla alebo prílišné prejedanie sa.

### **Medzi riziká užívania žuvacieho tabaku patrí:**

- obsah nikotínu,
- riziko rakoviny pier, ústnej dutiny, jazyka, pankreasu a obličiek,
- kazivosť zubov, paradontóza, sfarbenie zubov,
- vysoký krvný tlak,
- riziko srdcových ochorení a náhle mozgové príhody,
- poruchy spánku,
- vysoká návykovosť, po vysadení sa objavujú abstinenčné príznaky,
- v kombinácii so stimulačnými nápojmi môže spôsobiť smrť,
- vstupná brána do sveta drog.

V súčasnej situácii je veľmi obľúbený medzi mládežou pre ľahkú dostupnosť aj napriek zákazu predaja tabakových výrobkov maloletým. Situácia je alarmujúca aj v školskom prostredí. Najmä v období, kedy mali žiaci povinnosť nosiť rúška, nebolo možné spozorovať užívanie žuvacieho tabaku. Žiaci, ktorí užívajú žuvací tabak počas hodiny, nemajú možnosť dodržať „bezpečné“ použitie žuvacieho tabaku. Pretože počas vyučovacej hodiny mnohokrát nedokážu dodržať odporúčanú dobu pôsobenia, často tieto vrecúška prehltnú, alebo ich majú výrazne dlhší čas, ako je odporúčané, čo im môže spôsobiť vážne poškodenie žalúdka a tráviaceho systému.

***Touto cestou by sme chceli vyzvať rodičov k väčšej dôslednosti a kontrole svojich detí, všímanie si ich správania a efektívnej komunikácie ohľadom danej problematiky.***

Aj napriek vážnosti situácie buďte svojim deťom oporou a neodsudzujte ich správanie. Sú vo veku, kedy chcú skúšať nové veci, vytvárať si kamarátstva, byť obľúbení, kvôli čomu využijú práve negatívne veci, ktoré škodia ich zdraviu. Je dôležité sa s dieťaťom rozprávať a vysvetliť mu vážnosť situácie a dôsledky. Samozrejme, my ako škola neustále podnikáme kroky v prevencii a intervencii danej problematiky, ako je vplyv sociálnych sietí, užívanie návykových nelegálnych látok, šikanovanie a iné. ***Naši učitelia, najmä triedni učitelia a školský koordinátor vo výchove a vzdelávaní, sú vám v prípade potreby kedykoľvek k dispozícii.***

*A aby sme nezabudli . . .*

## Školský poriadok Gymnázia Antona Bernoláka Námestovo

### článok 3 Práva a povinnosti

#### 4. Žiakovi je zakázané:

- a) prinášať, požívať alkoholické nápoje a fajčiť v priestoroch školy, v areáli školy pri všetkých činnostiach organizovaných školou vo vyučovacom čase aj mimo neho,
- b) klamať či zavádzať pracovníkov školy,
- c) podvádzať (napr. plagiátorstvo, opisovanie, falšovanie ospravedlneniek),
- d) poškodzovať či znečisťovať interiér, exteriér alebo vybavenie školy,
- e) nosiť, prechovávať a užívať nelegálne zdravie poškodzujúce látky tak v škole, ako aj na akciách školy organizovaných mimo nej,
- f) prinášať, prechovávať a používať predmety ohrozujúce život a zdravie seba a iných tak v škole, ako aj na akciách školy organizovaných mimo nej,
- g) prinášať do školy alebo na činnosti organizované školou mimo nej a používať predmety, ktoré by mohli rozptyľovať pozornosť ostatných žiakov pri vyučovaní,

#### 5. V škole a na akciách organizovaných školou je prísne zakázané:

- a) páchať fyzické a psychické násilie, vrátane šikanovania,
- b) diskriminovať a obťažovať,
- c) podieľať sa na majetkovej kriminalite (krádež, apod.),
- d) podnecovať k nenávisti, hanobeniu náboženstva/presvedčenia a podporovať hnutia smerujúce k potláčaniu práv a slobôd,
- e) prechovávať nedovolené návykové či omamné látky,
- f) prechovávať zvlášť nebezpečné predmety (zbrane, výbušniny, nože ....),
- g) porušovať zákony SR.

### článok 5 výchovné opatrenia

- c) závažnosť priestupkov po ich predchádzajúcom dôkladnom prešetrení posudzuje triedny učiteľ a navrhované opatrenia konzultuje s vyučujúcimi, výchovným poradcom a vedením školy,
- d) výchovné opatrenie je uložené žiakovi na základe návrhu triedneho učiteľa a po prerokovaní na pedagogickej rade školy,
- e) výchovné opatrenia zapíše triedny učiteľ do katalógového listu žiaka a o udelených výchovných opatreniach informuje preukázateľným spôsobom (písomne) zákonných zástupcov žiaka,
- f) podmienené vylúčenie a vylúčenie zo štúdia je oznámené plnoletému žiakovi a zákonnému zástupcovi žiaka aj písomným rozhodnutím riaditeľa školy.



Určené osobám  
starším ako 18  
rokov



**VAROVANIE:**  
Zdraviu škodlivé pri  
použití

Tento výrobok obsahuje nikotín, ktorý je vysoko návykovou látkou