



Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігі
Салауатты өмір салтын қалыптастыру проблемаларының ұлттық орталығы
Республикалық психикалық денсаулық ғылыми-практикалық орталығы

НАСЫБАЙ және оның САЛДАРЫ ТУРАЛЫ – әр адам білуі тиіс!



ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАСВАЯ:

Насвай (насыбай, нас, нос.айс) - вид некурибельного табачного изделия, издревле традиционного для стран Центральной Азии: Узбекистана, Таджикистана, Туркмении, Киргизии, Афганистана, юга Казахстана и запада Китая.

Производят насвай кустарным способом в домашних условиях. Основными компонентами являются махорка или табак, дополнительными - гашёная известь, куриный помёт или верблюжий кизяк, различные растения, клей, масло. Насвай содержит такие тяжелые металлы, как свинец, ртуть, кадмий и мышьяк. Для улучшения вкуса в него нередко добавляют приправы. В продажу насвай поступает в виде маленьких «шариков» или «палочек», пластичной массы или порошка грязно-зелёного цвета.

- ! никотиновая зависимость, при которой организм человека постоянно требует новых порций насвая
- ! проблемы с памятью и плохое усвоение учебного материала, изменения личности и нарушения психики у подростков
- ! раковые заболевания полости рта и гортани
- ! инсульты и инфаркты в результате сужения сосудов мозга, сердца и других органов
- ! разрушение зубов и повреждение десен
- ! гастриты и язвы желудка, как следствие заглатывания слюны и гашёной извести
- ! кишечные инфекции и вирусный гепатит, поскольку изготовление в домашних условиях не гарантирует чистоту продукта
- ! нарушение детородной функции в виде бесплодия
- ! токсическое поражение печени и почек солями тяжелых металлов

ЗНАЙТЕ!

**Употребление насвая – опасная забава.
Насвай губительно влияет на здоровье человека.
Берегите себя и своих детей от этой вредной привычки.**

САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҰСТАН!

Насыбай (нас, мұрын, айс) — ежелгі Орта Азия елдерінде: Өзбекстанда, Тәжікстанда, Түркменстанда, Қырғызстанда, Ауғаныстанда, Қазақстанның оңтүстік және Қытайдың батыс өңірлерінде халықтардың көп пайдаланатын темекі өнімнің шегілмейтін түрі.

Насыбайды үй жағдайларында бейберекет жасай береді. Оның негізгі өнімдерінің бірі- махорка мен темекі, ал оған қосымша қосатын өнімдері - сөндірілген әк, тауық саңғырығы немесе түйе тезегі, әртүрлі өсімдіктер күлі, желім, май болып табылады.

Насыбайдың құрамында қорғасын, сынап, кадмий және мышьяк сияқты адам ағзасына зиян келтіретін ауыр металлдар бар. Насыбайдың дәмін жақсарту үшін әртүрлі дәмдеуіштер қосады. Насыбай кішкене «түйіршіктер» түрінде және қаражасыл түсті түйіршіктер күйінде сатылады.

БІЛІҢІЗ!

**Насыбайды пайдалану-аса қауіпті және еріккен іс.
Насыбай адам денсаулығына өлім қауіпін туғызады.
Өздеріңізді және балаларыңызды осы қауіпті ағдылардан
сақтаңыз.**

НАСЫБАЙДЫ ПАЙДАЛАНУ САЛДАРЫ:

! никотинге тәуелділік, адам ағзасы үнемі
• насыбайды қажет етіп тұрады

! жасөспірімдердің оқу материалдарын
• есте сақтау қабілеті және мидағы
психологиялық өзгерістердің бұзылуы

! ауыз қуысы мен көмей обыры ауруы

! ми тамырларының қысылу салдарынан
• инсульт және инфаркт болу қаупі

! тістің бұзылуы және қызыл иектің
• зақымдануы

! әк - ауыз қуысы сілекейі арқылы жұту
• салдарынан, гастрит пен асқазан
жарасының пайда болуы

! тазалығы жоқ үй жағдайларындағы
• өнімдердің салдарынан болатын ішек
инфекциясы

! бала туу функцияларының бұзылуы
• және белсіздік

! насыбайға қосылған ауыр металл-
• дардың салдарынан бүйрек және
бауырдың улануы.

СКАЖИ: “ДА – ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ!”



Министерство здравоохранения Республики Казахстан
Национальный центр проблем формирования здорового образа жизни
Республиканский научно - практический центр психического здоровья

НАСВАЙ и его последствия – это должен знать каждый!



Респротраняется бесплатно



<https://vk.com/nephid>



<https://www.facebook.com/NCPHLD/>



https://www.instagram.com/be_healthy_kz/



<https://www.youtube.com/channel/UCoIfZap4fuCEuHOvUBIFZVg>

WWW.HLS.KZ