

Сентябрь 2022

Знакомство со снюсом

Что такое снюс и как его потребляют?

Снюс — это табачный продукт орального применения, который потребляют уже более 300 лет. Его название происходит от шведского слова «snus», обозначающего нюхательный табак. Снюс производится из измельчённых листьев табака, смешанных с солью и водой. Он также может содержать пищевые ароматизаторы, имитирующие запах табачного дыма, или другие вкусовые добавки. Потребляют снюс путём закладывания его за верхнюю губу как в виде маленьких порционных пакетиков наподобие чайных, так и щепотками.

Снюс наиболее широко потребляют в Скандинавии, а именно в Швеции и Норвегии, где форма продукта, известная в мире как «шведский снюс», доминирует на рынке.



Изображение порционного снюса. Автор: Alekos. Source: Wikimedia Commons.

Снюс иногда путают с другим продуктом: никотиновыми подушечками, поскольку оба закладывают за губу. Но, в отличие от снюса, никотиновые подушечки не содержат табака. Вместо этого они производятся из растительных волокон, пропитанных никотином.¹

Что делает снюс более безопасным, чем сигареты или другие высокорисковые табачные продукты орального применения?

В настоящее время хорошо известно, что причиной последствий курения для здоровья является процесс сжигания, в результате которого высвобождается целый коктейль вредных

химикатов, содержащихся в табачном дыме. Потребление снюса по своей природе отличается от потребления сигарет, потому что оно исключает сжигание табака и тем самым позволяет избежать многих рисков, сопряжённых с курением.

Шведский снюс отличается от других типов табачных продуктов орального применения также способом его производства. В отличие от других типов бездымного табака, табак в шведском снюсе не ферментируется, а пастеризуется. Этот процесс термообработки препятствует росту бактерий, которые способствуют формированию целого ряда токсинов, обнаруженных в табачных продуктах. Пастеризация также способствует химической стабильности снюса и увеличивает срок хранения конечного продукта.

Большая часть скандинавского снюса производится в Швеции, где он регулируется как пищевой продукт в соответствии со шведским Законом о продовольствии. В производстве снюса применяется также и добровольный стандарт качества под названием GothiaTek®, который устанавливает максимальные уровни содержания определённых составляющих продукта, среди которых металлы, нитриты, нитрозамины, агрохимикаты, микотоксины и альдегиды.ⁱⁱ Жёсткие требования предъявляются также и к выращиванию табака. Табак, используемый в производстве снюса, высушивается за счёт естественного притока воздуха или на солнце, что значительно снижает уровень содержания в нём токсина бензпирена.ⁱⁱⁱ

Хотя методы производства снюса и ингредиенты в его составе в течение долгого времени остаются похожими, сама технология производства снюса в течение 20-го века стала более ориентированной на безопасность. Изменения, введённые производителями за последние несколько десятилетий, привели к существенным падениям уровней содержания нежелательных веществ в составе продукта.

Следует ли курильщикам переходить от сигарет к снюсу?

Несмотря на то, что снюс потребляют столетиями, относительная безопасность снюса в сравнении с сигаретами, была подтверждена независимыми эпидемиологическими и клиническими исследованиями совсем недавно. Однако исследования уже показали, что ожидаемая продолжительность жизни с поправкой на здоровье у курильщиков, которые совсем завязали с табаком, и у курильщиков, которые перешли на снюс, — отличается незначительно.^{iv}

Снюс содержит менее высокие уровни целого ряда токсинов, содержащихся в сигаретном дыме. Процесс пастеризации, например, снижает количество специфических для табака нитрозаминов, присутствующих в снюсе. Эти химические вещества являются одними из основных канцерогенов, найденных в табаке, и с ними связывают возникновение рака лёгких, полости рта, пищевода и печени при потреблении как сигарет, так и бездымного табака.^v

В США от 80% до 90% смертей от рака лёгких связаны с курением сигарет.^{vi} Но при потреблении снюса риск возникновения рака лёгких ничтожен, поскольку отсутствует процесс сжигания и организм не подвергается воздействию компонентов табака посредством вдыхания дыма через дыхательные пути.^{vii} Вдыхания оксида углерода также не происходит.

Между потреблением снюса и раком ротоглотки (рак, поражающий часть горла прямо за ртом) не существует общей связи.^{viii} Напротив, 25 из 100 случаев заболевания раком ротоглотки и ротовой полости являются следствием курения.^{ix} Потребление шведского снюса, похоже, не причастно к развитию рака поджелудочной железы у мужчин.^x Потребление снюса в качестве альтернативы сигаретам также способствует снижению частоты случаев заболеваний сердечно-сосудистой системы.^{xi}

Учёные, которые проводили исследования на предмет потенциальной связи между снюсом и диабетом, пришли к выводу, что она незначительна. Они предполагают, что высокий уровень потребления снюса (четыре или больше баночек в неделю) может быть связан с более высокими рисками развития диабета, но такие выводы не окончательны.^{xii}

В Швеции и Норвегии с высокими уровнями потребления снюса связаны очень низкие уровни распространённости курения и связанных с ним заболеваний. Шведские мужчины массово перешли от курения к потреблению снюса: в 2018 году снюс ежедневно потребляли 23% из них.^{xiii} В Швеции на данный момент самый низкий показатель курения в Европе^{xiv}, и это единственная страна в составе ЕС, получившая статус «свободной от курения», который согласно классическому его определению подразумевает 5% распространённость курения среди взрослого населения в возрасте от 15 до 54 лет. Для сравнения, средний показатель распространённости курения в ЕС для такой возрастной группы населения составляет 26%.^{xv} Уровень смертности, связанной с табаком, среди шведских мужчин также самый низкий в Европе, и составляет 152 смерти на 100 000 человек населения, в то время как в среднем по Европе он равен 373 смертям на 100 000 населения.^{xvi}

В Норвегии также очень низкие показатели курения: ежедневно там курят всего 8% норвежцев, а среди молодёжи растёт популярность потребления снюса. В стране курит всего 1% женщин в возрасте от 16 до 24 лет, а снюс на ежедневной основе потребляют 12% из них.^{xvii}

Может ли снюс быть «шлюзом» к курению сигарет?

Согласно «гипотезе шлюза», можно было бы предположить, что среди никогда ранее не куривших, потребители снюса впоследствии начнут курить с большей вероятностью, нежели те, кто его не потребляет. Однако анализ данных исследований, проведённых в Швеции, в которых изучалась возможность «эффекта шлюза», показал, что снюс скорее способствует прекращению курения, нежели его началу.^{xviii} Таким образом, благодаря своему статусу более безопасного никотинового продукта снюс действует не только как вспомогательный инструмент в прекращении курения, но в первую очередь может снизить скорость, с которой люди начинают курить.

Снюс разрешён везде?

Нет, снюс запрещён в 38 странах по всему миру, но его регуляторный статус во многих из них не является однозначным. И так, в то время как покупка снюса онлайн или импорт его для перепродажи на территории ЕС являются незаконными, законных ограничений, препятствующих людям импортировать его в целях личного потребления, не существует. Такие правила действуют во всех странах ЕС, кроме Швеции, которая получила возможность отступить от всеобщей нормы, когда присоединилась к ЕС в 1995 году. Закон, запрещающий снюс, был принят в ЕС в 1992 году, после того как Соединённое Королевство запретило снафф орального применения в ответ на запуск в продажу бренда увлажнённого бездымного табака под названием Skoal Bandits. К запрету продукта в Соединённом Королевстве, который впоследствии был повторён и во всём ЕС, привели необоснованные страхи, связывающие его с раком ротовой полости, а также опасения, что Skoal Bandits нацеливались на подростковую аудиторию.^{xix} Снюс также запрещён в Австралии, Бахрейне, Лихтенштейне, Македонии, Монтенегро, Новой Зеландии, Российской Федерации, Турции, Туркменистане, Соединённом Королевстве и Вануату.

Какую пользу общественному здоровью может принести расширение доступности снюса?

Подсчитано, что если бы запрет снюса в ЕС был отменён, то каждый год там можно было бы предотвращать около 320 000 связанных с табаком преждевременных смертей среди мужчин в возрасте 30 лет и старше.^{xx} Согласно оценкам Европейской комиссии, полная замена курения табака на потребление бездымного табака предотвратила бы почти все смерти от респираторных заболеваний, в настоящее время вызываемые курением, и снизила бы смертность от сердечно-сосудистых заболеваний, которая в настоящий момент растёт из-за курения, как минимум на 50%.^{xxi}

Что о снюсе сказали регуляторные органы и органы здравоохранения?

В своём отчёте «Снижение вреда от табака: Никотин без дыма» Королевский колледж врачей Соединённого Королевства упомянул о потенциале снюса, как более безопасного никотинового продукта. Там было сказано: «Доступность и потребление [...] снюса в Швеции [...] показывают [...], что от курения на альтернативный продукт — учитывая наличие социально приемлемой и доступной по средствам потребительской альтернативы, предлагающей более низкий уровень вреда для здоровья — перейдёт существенная часть курильщиков.»^{xxii}

В октябре 2019 года Управление США по надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов (FDA) впервые в своей истории предоставила статус «Продукция с модифицированным риском» (MRTP) продукции компании Swedish Match.^{xxiii} Это решение разрешило осуществлять рекламу и продажу восьми из её продуктов бренда General Snus, а также указывать на их упаковке информацию о том, что они несут более низкий риск определённых последствий для здоровья по сравнению с курением сигарет.

В заключении FDA говорилось: «Существующие научные доказательства демонстрируют, что исключительное потребление восьми продуктов бренда General Snus значительно снизит вред и риск возникновения связанных с табаком заболеваний для отдельных потребителей табака». А также, что «восемь продуктов с модифицированным риском (MRTP) бренда General Snus принесут пользу здоровью всего населения в целом». Также FDA заявило: «Утверждение о том, что “Потребление продуктов General Snus вместо сигарет снизит риск возникновения рака ротовой полости, болезней сердца, рака лёгких, инсульта, эмфиземы и хронического бронхита” является научно достоверным».

Для получения подробной информации о работе проекта Глобальное состояние снижения вреда от табака или о темах, поднятых в настоящем кратком справочнике, пожалуйста, напишите по адресу: info@gsthr.org

Для получения подробной информации о правовом статусе и доступности снюса по всему миру, посетите базу данных проекта *Global State of Tobacco Harm Reduction*. Для получения конкретной информации о снюсе на уровне стран сначала выберите страну, а затем кликните по ссылке.

О нас: **Knowledge•Action•Change** (К•А•С) (Знание•Действие•Перемены (З•Д•П)) продвигает снижение вреда как основную стратегию здравоохранения, основанную на правах человека. У команды более сорока лет опыта работы по снижению вреда в контексте наркозависимости, ВИЧ, курения, сексуального здоровья и тюрем. (К•А•С) занимается реализацией проекта *Global State of Tobacco Harm Reduction* (GSTHR) который отображает ситуацию с развитием снижения вреда от табака, употреблением, наличием БНП и мерами регулирования в отношении их, а также распространённостью курения

и связанной с ним смертностью в более чем 200 странах и регионах по всему миру. Для просмотра всех публикаций и актуальных данных посетите <https://gsthr.org>

Финансирование: проект ГССВТ реализуется благодаря гранту от фонда *Foundation for a Smoke Free World*, (Фонд за мир без курения), независимой американской некоммерческой организации (501(c)(3)), которая согласно американскому законодательству должна вести свою деятельность независимо от своих доноров. Проект и его результаты по условиям соглашения о предоставлении гранта независимы от Фонда.

- ⁱ Sudhanshu Patwardhan и Karl Fagerström, «The New Nicotine Pouch Category: A Tobacco Harm Reduction Tool?», *Nicotine & Tobacco Research* 24, вып. 4 (1 апрель 2022 г.): 623–25, <https://doi.org/10.1093/ntr/ntab198>
- ⁱⁱ Lars E. Rutqvist и др., «Swedish snus and the GothiaTek® standard», *Harm Reduction Journal* 8, вып. 1 (16 май 2011 г.): 11, <https://doi.org/10.1186/1477-7517-8-11>
- ⁱⁱⁱ «Gothiatek Standard: B(a)P», Swedish Match, 7 март 2016 г., <https://www.swedishmatch.com/Snus-and-health/GOTHIATEK/GOTHIATEK-standard/BaP/>
- ^{iv} Coral E. Gartner и др., «Assessment of Swedish Snus for Tobacco Harm Reduction: An Epidemiological Modelling Study», *The Lancet* 369, вып. 9578 (16 июнь 2007 г.): 2010–14, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60677-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60677-1)
- ^v Matt Schwarzfeld, «How Snus Works», HowStuffWorks, 14 сентябрь 2010 г., <https://science.howstuffworks.com/snus.htm>
- ^{vi} «What Are the Risk Factors for Lung Cancer?», Centers for Disease Control and Prevention, 19 октябрь 2021 г., https://www.cdc.gov/cancer/lung/basic_info/risk_factors.htm
- ^{vii} Elizabeth Clarke и др., «Snus: a compelling harm reduction alternative to cigarettes», *Harm Reduction Journal* 16, вып. 1 (27 ноябрь 2019 г.): 62, <https://doi.org/10.1186/s12954-019-0335-1>
- ^{viii} Peter N. Lee, «Summary of the Epidemiological Evidence Relating Snus to Health», *Regulatory Toxicology and Pharmacology: RTP* 59, вып. 2 (март 2011 г.): 197–214, <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2010.12.002>
- ^{ix} «Risks and causes for mouth cancer», Cancer Research UK, просмотрено 26 сентябрь 2022 г., <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/mouth-cancer/risks-causes>
- ^x Marzieh Araghi и др., «Use of Moist Oral Snuff (Snus) and Pancreatic Cancer: Pooled Analysis of Nine Prospective Observational Studies», *International Journal of Cancer* 141, вып. 4 (2017 г.): 687–93, <https://doi.org/10.1002/ijc.30773>
- ^{xi} Clarke и др., «Snus».
- ^{xii} Peter N. Lee и Alison J. Thornton, «The Relationship of Snus Use to Diabetes and Allied Conditions», *Regulatory Toxicology and Pharmacology* 91 (1 декабрь 2017 г.): 86–92, <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2017.10.017>
- ^{xiii} «Living Conditions Surveys, Tobacco Habits by Indicator, Age, Sex, Observations and Period», Statistikdatabasen, Statistics Sweden, 2018 г., http://www.statistikdatabasen.scb.se/pxweb/en/ssd/START__LE__LE0101__LE0101H/LE0101H25/
- ^{xiv} European Commission, «Special Eurobarometer 429: Attitudes of Europeans towards Tobacco» (Brussels, 2015 г.), http://data.europa.eu/88u/dataset/S2033_82_4_429_ENG
- ^{xv} European Commission, «Special Eurobarometer 506: Attitudes of Europeans towards Tobacco and Electronic Cigarettes» (Brussels: European Commission, 3 февраль 2021 г.), S2240_506_ENG, http://data.europa.eu/88u/dataset/S2240_506_ENG Sweden country factsheet accessible at: <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2240>
- ^{xvi} Peter Lee и Lars M. Ramström, «New Data Shows Low Risk Nicotine Product Snus Is 95 Percent Safer than Smoking», EurekAlert!, 2017 г., <https://www.eurekalert.org/news-releases/591470> Report of data presented at the Global Forum on Nicotine 2017.
- ^{xvii} Statistics Norway, «Tobacco, Alcohol and Other Drugs», SSB, 18 январь 2022 г., <https://www.ssb.no/en/helse/helseforhold-og-levevaner/statistikk/royk-alkohol-og-andre-rusmidler>
- ^{xviii} C. Bates и др., «European Union Policy on Smokeless Tobacco: A Statement in Favour of Evidence Based Regulation for Public Health», *Tobacco Control* 12, вып. 4 (1 декабрь 2003 г.): 360–67, <https://doi.org/10.1136/tc.12.4.360>
- ^{xix} Christopher Snowdon, *The Art of Suppression: Pleasure, Panic and Prohibition Since 1800* (Ripon: Little Dice, 2011), 145–53.
- ^{xx} Lars Ramström, Institute for Tobacco Studies, Sweden, «Sweden's pathway to Europe's lowest level of tobacco-related mortality» (Global Forum on Nicotine, Warsaw, 2017). Quoted in Harry Shapiro, «No Fire, No Smoke: The Global State of Tobacco Harm Reduction 2018» (London: Knowledge-Action-Change, 2018 г.), 50, <https://gsthr.org/resources/thr-reports/no-fire-no-smoke-global-state-tobacco-harm-reduction-2018/>
- ^{xxi} Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks, «Health Effects of Smokeless Tobacco Products» (Brussels: European Commission, 2008 г.), https://ec.europa.eu/health/archive/ph_risk/committees/04_scenihr/docs/scenihr_o_013.pdf
- ^{xxii} Royal College of Physicians, «Nicotine without smoke: Tobacco harm reduction», RCP policy: public health and health inequality (Royal College of Physicians, 28 апрель 2016 г.), <https://www.rcplondon.ac.uk/projects/outputs/nicotine-without-smoke-tobacco-harm-reduction>
- ^{xxiii} US Food & Drug Administration, «FDA Grants First-Ever Modified Risk Orders to Eight Smokeless Tobacco Products», FDA, 24 март 2020 г., <https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-grants-first-ever-modified-risk-orders-eight-smokeless-tobacco-products>