



Wat is snus?

Snus is een soort **rookloze tabak** in vochtig poedervorm, gemaakt van gestoomde tabak, die vervolgens gemalen wordt en vermengd met zout, natriumcarbonaat en aroma's. Snus wordt voornamelijk geproduceerd en geconsumeerd in Noorwegen en Zweden en meer recentelijk in de Verenigde Staten. Snus wordt gewoonlijk achter de bovenlip gestopt zodat de nicotine door het slijmvlies gedurende enkele minuten tot meerdere uren wordt opgenomen.



Soorten

Zweedse snus:

- *Original snus* of *lössnus* is een los vochtig poeder dat de gebruiker zelf in porties verdeelt.
- *Portionssnus* is snus voorverpakt in kleine portiezakjes.

Tabaksvrije snus:

- *Nicotine pouches* (zonder tabak) en *Nicotine free pouches* (zonder tabak én nicotine).



Gebruik en werking

Snus is een methode om nicotine binnen te krijgen zonder te roken, maar door het in de vorm van een tablet of theezakje onder de bovenlip te stoppen. Via de bloedvaatjes in de bovenlip komt de nicotine in het bloed terecht. Snus bevat 10 x meer nicotine dan sigaretten, vandaar dat het ook erg **verslavend** is. De hoge dosis nicotine kan duizeligheid, misselijkheid, hoofdpijn en andere klachten veroorzaken zoals stress, angstgevoelens en neerslachtigheid.



Gezondheidsrisico's

- **Ontstekingen** in de mond.
- Verkleuring van de tanden.
- Cariës en zelfs uitval van tanden.
- Verhoogde kans op mond-, keel-, pancreas- en slokdarm**kanker**.
- Verhoogde kans op complicaties aan hart- en bloedvaten.



Effect

Het geeft een gevoel van ontspanning en concentratie. Door de aanmaak van de stof adrenaline klopt het hart sneller en stijgt de bloeddruk. Bij een dosering van 2 gram is het effect na 30 minuten voelbaar. Het effect is langer voelbaar dan bij het roken van een sigaret omdat het anders wordt opgenomen. Hoe voelbaar de effecten zijn is afhankelijk van verschillende factoren zoals leeftijd, gewicht, product, gebruiksfrequentie, hydratatie en lichaamsbeweging.



De wetgeving

De verkoop van snus is **verboden** in België door de Europese wetgeving.

Bezit ervan is legaal.

De grootverbruiker is Zweden, het enige land in de Europese Unie waar de verkoop niet verboden is.