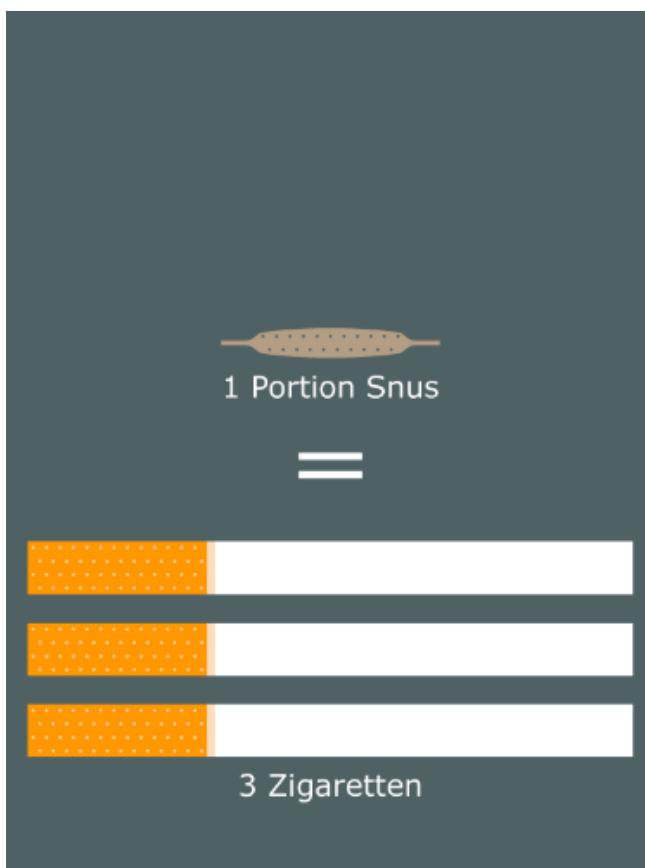


Modedroge Snus

Snus hat folgende Eigenschaften:

- Snus ist fein gemahlener Tabak, der als feuchte Paste zu Bällchen geformt oder in Form kleiner Beutelchen ähnlich Teebeutel unter die Ober- oder Unterlippe geschoben und beliebig lange im Mund behalten wird,
- Snus gibt Nikotin (<https://coolandclean.ch/de/themen/tabak/Nikotin-stresst-das-Herz>) und andere Schadstoffe über die Mundschleimhaut an den Körper ab,
- Snus wird oft als gesündere Alternative zum Rauchtabak angepriesen,
- Snus birgt ähnlich grosse gesundheitliche Risiken (<https://coolandclean.ch/de/themen/tabak/Snus-ist-keine-Alternative-zu-Zigaretten>) wie Rauchtabak.



Merke

- Eine Portion Snus entspricht der Nikotinkonzentration von ungefähr drei Zigaretten.
- Tabakkonsum macht in jeder Form süchtig (<https://coolandclean.ch/de/themen/tabak/Rauchen-macht-s-chtig>) und baut die körperliche Leistungsfähigkeit ab. Tabak und Sport schliessen sich gegenseitig aus.

Mehr zu diesem Thema:

Snus ist keine Alternative zu Zigaretten (<https://coolandclean.ch/de/themen/tabak/Snus-ist-keine-Alternative-zu-Zigaretten>)

Snus und Zahngesundheit (<https://coolandclean.ch/de/themen/tabak/Snus-und-Zahngesundheit>)

Gesundheitliche Auswirkungen von Snus (<https://coolandclean.ch/de/themen/tabak/Gesundheitliche-Auswirkungen-von-Snus->)

Weitere Informationen unter <https://www.coolandclean.ch>