

**Подростковый сниффинг** – это преднамеренное вдыхание газовых смесей с бутаном, пропаном и изобутаном для достижения токсического опьянения. С этими целями используются баллончики для заправки зажигалок, туристические газовые баллоны и другие изделия, доступные в свободной продаже. Основные симптомы опьянения при сниффинге: эйфория, ощущение легкости в теле, зрительные, слуховые и другие виды галлюцинаций. Диагностика основана на клинической оценке состояния пациента, психологическом тестировании, инструментальных методах визуализации головного мозга. Лечение сниффинга проводится с помощью психотерапии, при остром отравлении показаны реанимационные мероприятия.

Термин «сниффинг» происходит от английского слова «sniff» – нюхать, вдыхать. Проблема принадлежит к группе **токсикоманий**: вдыхаемые газы вызывают зависимость, но не относятся к классическим наркотическим веществам. Сниффинг известен в мире с 70-х гг. XX века, наибольшее распространение он получил в последнее десятилетие. Массовое увлечение российских подростков сниффингом началось с 2018 г., за 4 года уже зарегистрировано более 500 случаев летального исхода, вызванного токсическим действием газов.

### Причины

Подростковый возраст – наиболее опасное время для развития сниффинга и других видов токсикомании. Этому способствуют психологические особенности периода взросления: любопытство ко всему неизведанному, желание любыми способами влиться в «крутую» компанию, склонность совершать необдуманные поступки и идти наперекор запретам взрослых. Другие факторы риска:

- **Социальные причины.** Токсикомания чаще возникает у подростков из неблагополучных семей, которые целыми днями предоставлены сами себе и пытаются найти доступные способы справиться со скукой. Семьи с высоким социальным статусом также не застрахованы от проблемы, если родители не уделяют должного внимания ребенку, не интересуются его проблемами и времяпрепровождением.

- **Влияние друзей.** Первые эпизоды вдыхания газов для опьянения происходят в подростковых компаниях, где дети берут пример друг с друга и хотят не отставать от сверстников. Большую роль играют интернет-друзья, с которыми тинейджер общается в рамках тематических групп в соцсетях. Такие люди могут с разными целями подстрекать подростков на совершение асоциальных и запрещенных поступков.

- **Психологические проблемы.** Подростковый сниффинг – одна из форм побега от реальной жизни и попытка найти эмоциональный комфорт. Увлечение токсическими газами характерно для замкнутых, неуверенных в себе и закомплексованных детей, которым сложно найти друзей, реализовать себя в какой-либо сфере и получить уважение от сверстников.

### Патогенез

Во вдыхаемых газовых смесях содержатся углеводороды бутан, изобутан и пропан, которые оказывают токсическое влияние на организм. Это бесцветные горючие газы, которые легко проникают через дыхательные пути и вытесняют кислород, тем самым вызывая острое кислородное голодание мозга. Токсическое опьянение начинается в течение 20-30 секунд после ингаляции, на протяжении нескольких минут возникают типичные психические симптомы.

Бутан изменяет функционирование нервных синапсов, вызывает резкое увеличение уровня нейромедиаторов: NDMA, гама-аминомасляной кислоты, глицина, серотонина. При этом нарушается функционирование головного мозга, прежде всего в области коры, подкорковых ядер и лимбической системы. Развитие зависимости при подростковом сниффинге связывают с влиянием газов на обмен дофамина в ЦНС.

### Симптомы подросткового сниффинга

Сразу после ингаляции газовой смеси возникает [головокружение](#), легкость в теле, чувство ползания мурашек и онемения, которые вызваны кислородным голоданием. У подростка появляются кратковременные иллюзии и [галлюцинации](#) различного содержания. Зачастую галлюцинаторные образы отличаются бедностью и фрагментарностью, однако они доставляют субъективное удовольствие тинейджеру и становятся причиной повторения сниффинга.

У многих подростков на фоне церебральной гипоксии возникает тошнота и рвота, кратковременные приступы помутнения сознания. При вдыхании большого объема газа появляется [одышка](#), покраснение или синюшный оттенок лица, также подросток может упасть в [обморок](#). Симптомы легкого и среднетяжелого токсического опьянения быстро и бесследно исчезают, поэтому родителям сложно вовремя заметить проблему.

Подростковый сниффинг сопровождается поведенческим расстройством и признаками аддикции. При длительных перерывах во вдыхании газов появляется [раздражительность](#), тревожность, подавленное настроение. Ребенку ничего не приносит удовольствие, у него постоянно возникают мысли о новом эпизоде «газового кайфа» и тех ощущениях, которые его сопровождают. Состояние дополняется физическими симптомами: [потливостью](#), дрожанием пальцев рук, нарушением сердечного ритма.

### Осложнения

Со временем у подростка формируется [токсическая энцефалопатия](#), которая проявляется головными болями, нарушениями сна, снижением когнитивных функций и проблемами с успеваемостью. Возможны личностные нарушения: изменения характера, уплощение эмоций, немотивированная грубость и раздражительность. У 30-40% пациентов от постоянного вдыхания газов развивается хронический ринит, периодический [кашель](#), одышка.

Наибольший риск представляет острая кардиотоксичность, которая занимает первое место среди причин смертности при подростковом

сниффинге. Она вызвана сенсibilизацией миокарда к катехоламинам, нарушениями проводимости, сопутствующей [кардиомиопатией](#), развившейся на фоне длительного стажа токсикомании. При одномоментном вдыхании большой дозы бутана возможна [внезапная сердечная смерть](#).

#### Диагностика

При подростковом сниффинге требуется помощь [детского психиатра-нарколога](#). Очень важно вовремя обратиться к врачу, пока не возникло жизнеугрожающее отравление и другие опасные осложнения. Многие клиники предоставляют услугу анонимно и конфиденциально, чтобы оградить тинейджера от негативных социальных последствий токсикомании. Для диагностики аддикции используется:

- **Клиническая беседа.** На первичной консультации врачу необходимо выяснить, как давно подросток увлекся токсикоманией, какие именно вещества и способы их введения он использует. Поскольку пациент зачастую отказывается говорить или сообщает только часть сведений, потребуются беседы с родителями, в некоторых случаях нужна помощь школьных учителей, близких друзей зависимого.

- **Нейропсихологическое тестирование.** Методика используется для объективной оценки работы головного мозга, выявления нарушений, которые связаны с длительным сниффингом. По показаниям проводится тестирование на депрессию, тревожные расстройства и прочие сопутствующие состояния, которые могут быть как причиной, так и следствием аддикции.

#### Прогноз и профилактика

Подростковый сниффинг представляет серьезную проблему в [детской психиатрии](#), что обусловлено доступностью газосодержащих изделий, отсутствием четких диагностических критериев болезни, тяжелыми последствиями для нервной системы. Зачастую тяга к токсическим газам становится первой ступенью в развитии наркомании: когда сниффинг уже не приносит желаемого удовольствия, подростки переходят на другие виды психоактивных веществ.

Поскольку многие случаи токсикомании вызваны скукой и неудовлетворением реальной жизнью, родителям нужно обеспечить тинейджеру возможность самореализации: посещение спортивных секций, занятия творчеством и другими хобби. Важно соблюдать баланс в воспитании, не пуская взросление ребенка на самотек, но и не ограничивая его свободу, общение с друзьями и активный отдых. В школах должна проводиться активная разъяснительная работа среди учащихся и учителей.

---