



Gesundheitsschutz und Suchtprävention

BDR gegen SNUS- für fairen und sauberen Sport

Wir, als zuständiger Verband, möchten Dir als Leistungssportler ein paar Gedankenanstöße an die Hand geben, um einen sensibilisierten Umgang mit legalen Suchtmitteln zu entwickeln. Wir, der BDR und Du bist ein Teil des BDR, stehen für einen sauberen Sport und leisten unseren Beitrag im Kampf gegen Doping! Für Gesundheitsschutz und Suchtprävention!

Die Entscheidung, ob Du regelmäßig zu Alkohol, Zigaretten oder auch Snus greifst oder nicht, liegt natürlich bei Dir und Deiner Einstellung zu einem gesunden Umgang mit deinem Körper. Aber willst Du das tatsächlich? Du bist Leistungssportler! Du ernährst Dich gesund und ausgewogen, Dein Körper ist Dein Tempel, Du trainierst hart, um **faire** Leistung zu erbringen, die **neue Sportlergeneration steht für - sauberen Radsport - Leistungssport und Fairness - Glaubwürdigkeit im Radsport**. Die Einnahme von SNUS entspricht nicht dieser Einstellung.

Nur weil „es alle nehmen“ ist SNUS nicht harmlos!

- ➔ Die aromatischen Tabakbeutelchen bieten sich als Einstiegsdroge für Jugendliche an.

Es ist Dir schließlich sicher bewusst, dass auch legale Drogen süchtig machen und die Gesundheit schädigen. Auch Snus, bei dem Dein Körper auf das darin enthaltene Nikotin reagiert, hat Suchtpotential.

In einer Ration **Snus** befinden sich **zwanzig Milligramm Nikotin**, also knapp die **3 fache Menge** einer handelsüblichen Zigarette.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Sponsoren



Diese Menge bleibt nicht ohne negative Folgen für deinen Körper. Ist Dir tatsächlich bewusst, dass dies eine Einstiegsdroge sein kann?

Die Anwendung von Nikotin durch Minderjährige gemäß des Jugendschutzgesetzes ist verboten.

Aufgrund der suchtauslösenden Wirkung von Nikotin und der Möglichkeit einer schnellen Aufnahme von Nikotin aus den Beuteln wird weiterhin davon abgeraten, dass Nichtraucher und Jugendliche Nikotinbeutel konsumieren. Weiterhin wird aufgrund der Nikotinwirkung empfohlen, dass die Nikotinbeutel in Gefäßen gegen den Zugriff von Kindern gesichert werden.

Wie gefährlich ist snusen?

Snus hat, genauso wie Zigaretten und andere nikotinhaltige Substanzen, aufgrund des Nikotingehalts Suchtpotential. Nimmst Du Snus beispielsweise über einen bestimmten Zeitraum ein, so kann Dein Körper mit Widerstand reagieren. Folgende Gefühlszustände können eintreten:

- Schwindelgefühl
- Unruhe
- Reizbarkeit
- Müdigkeit

Wer Snus eher in Ausnahmefällen oder gar das erste Mal konsumiert, kann einen Nikotinschock erleben. Doch auch übermäßiger Nikotin-Konsum kann Übelkeit, Unwohlsein, und Schwindel auslösen. Auch Herzklopfen, Kopfschmerzen, Blässe und Erbrechen sind nicht selten.

Welche Folgen können durch Snus-Konsum entstehen?

Neben der Abhängigkeit, die entstehen kann, erhöht ein regelmäßiger Snus-Konsum das Risiko auf **Speiseröhrenkrebs** und **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**. Auch ein Zusammenhang mit **Diabetes** wurde in verschiedenen Studien nachgewiesen.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Sponsoren



Gesundheitsschutz und Suchtprävention



Der Wirkstoff **Nikotin** ist nach dem aktuellen Dopingreglement der WADA (*The World Anti-Doping Code. The 2023 Prohibited List. International Standard. 1.1.2023*) nicht Bestandteil der Verbotsliste.

Nikotin, u.a. in Form von Snus ist seit dem Jahr 2012 bis auf weiteres in das sogenannte Überwachungsprogramm („*Monitoring Program*“) der Welt Anti-Doping Agentur WADA aufgenommen, um den Einsatz als Stimulanz zu beobachten.

- *Die Anwendung von Substanzen, die sich im Überwachungsprogramm der WADA befinden, ist nach dem Dopingreglement der WADA (The World Anti-Doping Code. The 2023 Prohibited List. International Standard. 1.1.2023) nicht verboten, es wird aber beobachtet, ob ein möglicher Missbrauch durch deren Anwendung stattfindet.*

Substanzen im Überwachungsprogramm waren zum Teil in der Vergangenheit Bestandteil der Verbotsliste oder werden ggf. zukünftig in die Verbotsliste aufgenommen.

Entscheide Dich Pro: Gesundheitsschutz und Suchtprävention

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Sponsoren



Otto-Fleck-Schneise 4 60528 Frankfurt (Main)
Tel. 069/967800-0 Fax 069/967800-80

Internet: www.rad-net.de
e-mail: info@bdr-online.org

Commerzbank AG Swift-Bic.: DRESDEFFXXX/ IBAN: DE24 5008 0000 0510 0677 00



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Sponsoren

