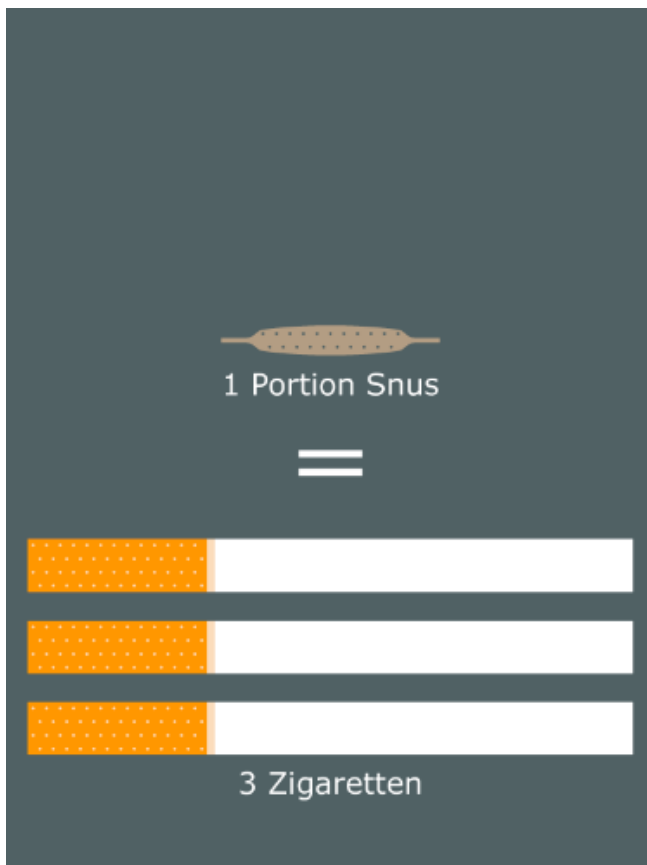


## Le snus, la drogue à la mode

Le snus a les propriétés suivantes :

- Le snus est une pâte humide composée de tabac finement moulu. Sous forme de petites boules ou de petits sachets similaires à un sachet de thé, il est coincé sous la lèvre supérieure ou inférieure et maintenu dans la bouche aussi longtemps que souhaité.
- Le snus délivre de la nicotine (<https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Nikotin-stresst-das-Herz.html>) et d'autres substances nocives au corps via la muqueuse buccale.
- Le snus est souvent recommandé comme étant une alternative plus saine au tabac à fumer.
- Le snus présente des risques (<https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Snus-ist-keine-Alternative-zu-Zigaretten.html>) aussi élevés pour la santé que ceux du tabac à fumer.



### N'oublie pas

- Une portion de snus contient le taux de nicotine d'environ trois cigarettes.
- La consommation de tabac sous toutes ses formes génère une dépendance (<https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Rauchen-macht-s-chtig.html>) et affaiblit les capacités de performance du corps. Le tabac et le sport ne sont pas compatibles.

## En savoir plus sur ce sujet :

[Le snus n'est pas une alternative à la cigarette \(https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Snus-ist-keine-Alternative-zu-Zigaretten.html\)](https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Snus-ist-keine-Alternative-zu-Zigaretten.html)

[Le snus et la santé buccodentaire \(https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Snus-und-Zahngesundheit.html\)](https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Snus-und-Zahngesundheit.html)

[Les effets du snus sur la santé \(https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Gesundheitliche-Auswirkungen-von-Snus-.html\)](https://www.coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Gesundheitliche-Auswirkungen-von-Snus-.html)

Pour de plus amples informations: <https://www.coolandclean.ch>