

ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ БОЛЬНЫХ С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ

Воздействие табака и табакокурения на организм



Э.В. Хугалева

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) констатирует:
«От последствий употребления табака ежегодно гибнет более
8 миллионов человек.

более 7 миллионов случаев
смерти происходит среди
потребителей и бывших
потребителей табака



более 1,2 миллиона — среди
некурящих людей,
подвергающихся воздействию
вторичного табачного дыма».



В табачном дыме присутствует более 7000 химических веществ, из которых по меньшей мере 250 наносят вред здоровью, а не менее 69 — являются известными канцерогенами.

Табачный дым:

Никотин, являющийся высоко аддитивным психоактивным веществом и вызывает физическую и психологическую зависимость.



Смола, которые потенциально повышают уязвимость организма к болезням. (Сигареты, продаваемые в менее развитых странах, имеют более высокое содержание смол и редко снабжены фильтрами).

История.

В 20-ом веке табак послужил причиной смерти 100 миллионов человек. Центры по контролю и профилактике заболеваний США описали употребление табака, как «единственный, наиболее предотвращаемый риск для здоровья человека в развитых странах, а также основная причина преждевременной смерти в мире».

Конец 17 века. Первое предположение, что табак вызывает некоторые заболевания, включая рак гортани, сделанное в конце 17-го, 18-го века, было широко принято медицинским сообществом.

В 1880-х автоматизация производства сигарет сократила стоимость сигарет, и использование сигарет значительно расширилось.

1890-х и позже, о связи между употреблением табака с раком и сосудистыми заболеваниями регулярно упоминалось в прессе.

1930 год. Метаанализ, цитирующий 167 других работ, был опубликован в 1930 году и подтвердил связь между курением табака и раком. В период с 1930-х годов, в 1938 году Science опубликовал отчёт, показывающий, что курящие люди живут значительно короче.

До первой мировой войны рак легкого считался очень редким заболеванием и воспринимался как заболевание, с которым большинство врачей не сталкивалось на протяжении своей карьеры. С ростом популярности курения в послевоенное время, рост заболеваемости принял масштабы эпидемии.

Эти результаты были впервые широко приняты в медицинском сообществе, после чего были опубликованы среди широкой общественности в середине 1960-х годов.

В начале 1950 -х годов последующие когортные исследования отчетливо показали, что курильщики умирают раньше и чаще всего от рака лёгкого и сердечно-сосудистых заболеваний.

1939-1943 Были опубликованы тематические исследования в Германии и одно в Нидерландах в 1948 году.



Влияние курения на здоровье.

Из 20 наркотических веществ.

Табак получил:

- 3-е место по критерию зависимость;
- 12-е по социальному вреду;
- 14-е по физическому вреду.

ВОЗ утверждает, что безопасного уровня воздействия
вторичного табачного дыма не существует.

У взрослых



вторичный табачный дым вызывает серьезные сердечно-сосудистые и респираторные заболевания, включая ишемическую болезнь сердца и рак легких.

У детей грудного возраста



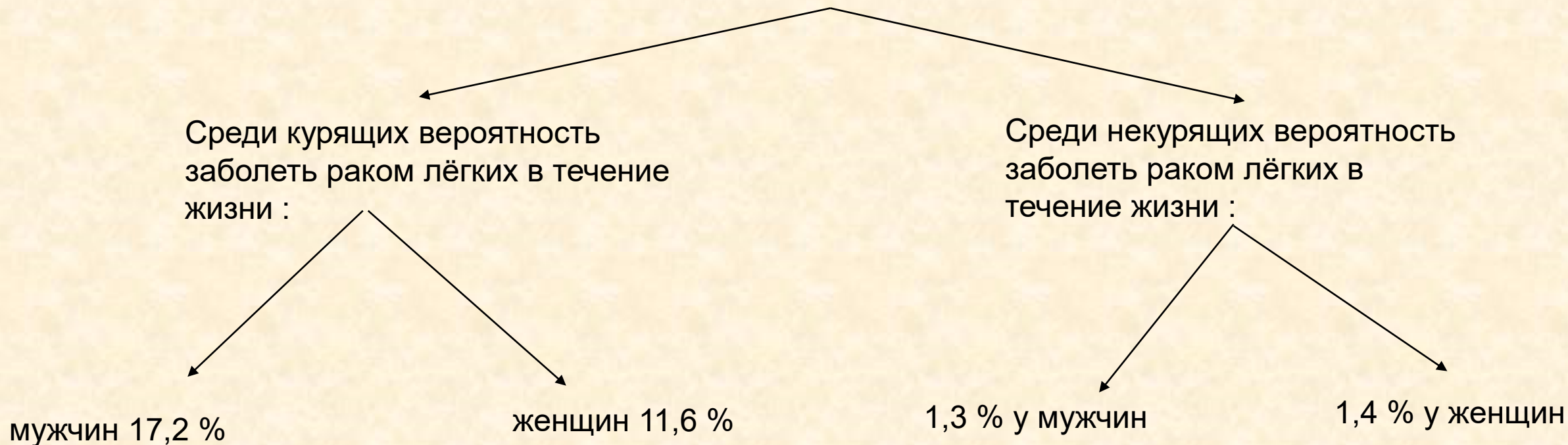
вторичный табачный дым увеличивает риск возникновения синдрома внезапной смерти младенца. (Ежегодно 65 000 детей гибнет от болезней, ассоциируемых с воздействием вторичного табачного дыма.)

У беременных женщин



Вторичный табачный дым приводит к осложнениям беременности и рождению маловесных детей.

Прогнозируемая продолжительность жизни.
У курящих на 10 — 17 лет короче, чем у некурящих.



Если человек прекращает курить, то риск развития уменьшается, поскольку ущерб их здоровью постепенно восстанавливается. Через год после отказа от курения риск возникновения заболеваний сердечно-сосудистой системы уменьшается вдвое. Курение так называемых «лёгких» сигарет не уменьшает риск негативного воздействия табака.

Смертность

По данным ВОЗ «Каждые 6 секунд из-за табака умирает примерно один человек».

- «Если не принять меры, к 2030 году число случаев смерти, связанных с табаком, превысит 8 миллионов в год».
- Более 80 % случаев смерти произойдут в странах с низким и средним уровнем дохода.
- Курение является причиной смерти около 5 миллионов людей за 2012 г. и 600 000 человек умирают от последствий вторичного курения, большинство из них преждевременны.
- Курящие мужчины и женщины теряют в среднем около 13.2 и 14.5 лет своей жизни, соответственно.
- Каждая выкуренная сигарета в среднем укорачивает жизнь на 11 минут.
- Курильщики умирают в три раза чаще до 60 и 70 лет, чем некурящие.

Риски от курения

Курение может повредить каждую часть вашего тела

Раковые опухоли

Хронические заболевания

Голова или шея

Лёгкие

Лейкемия

Желудок

Почка

Поджелудочная
железа

Прямая кишка

Мочевой пузырь

Шейка матки

- Инсульт
- Слепота
- Инфекция дёсен

- Разрыв аорты
- Заболевания сердца
- Пневмония
- Нарушение эластичности артерий
- Хронические заболевания лёгких & астма

- Импотенция
- Перелом бедра



Воздействие на лёгкие

В процессе курения, длительное воздействие соединений, обнаруженных в табачном дыме (таких как монооксид углерода и цианидium) проводят к

повреждению лёгких и потере эластичности альвеол, которые в свою очередь

провоцируют эмфизему и хроническую обструктивную болезнь лёгких (ХОБЛ)



Вдыхание табачного дыма вызывает несколько незамедлительных реакций со стороны сердца и кровеносных сосудов. В течение одной минуты сердечный ритм начинает расти, увеличиваясь на 30 % в течение первых десяти минут курения. Монооксид углерода в табачном дыме оказывает негативное воздействие на способность крови переносить кислород.

Сердечно-сосудистые заболевания

Курение как правило увеличивает уровень холестерина.

Курение также увеличивает кровяное давление и ослабляет кровеносные сосуды.

Известно, что табачный дым увеличивает окислительный стресс в организме с помощью различных механизмов, включая истощение антиоксидантов в плазме, таких как витамин «С».

Употребление табака также связано с болезнью Бюргера (облитерирующий тромбангиит) острое воспаление и тромбоз (свёртывание) артерий и вен на руках и ногах.

Курение также увеличивает уровень фибриногена и увеличивает производство тромбоцитов

Курение может вызвать атеросклероз

Несколько ингредиентов табака приводит к сужению сосудов, увеличивая вероятность закупорки

внезапное закупоривание кровеносных сосудов может привести к инфаркту (инсульт или сердечный приступ).

что приводит к развитию инсульта и заболевания периферических артерий.

который приводит к коронарной недостаточности и периферической болезни артерий

Почки

В дополнение к повышенному риску развития рака почки, курение также может привести к повреждению почек. У курильщиков риск развития хронической болезни почек значительно выше, чем у некурящих.

Инфекция

Курение также связано с подверженностью инфекционным заболеваниям, в особенности лёгких (пневмония). Курение более 20 сигарет в день увеличивает риск развития инвазивных заболеваний, вызванных бактерией пневмококк. Курение повышает риск развития Саркомы Капоши для людей без ВИЧ-инфекции.

Другие нарушения:

Рак полости рта

Губа, язык, рот и глотка, пищевода, гортани. Примерно половина всех случаев парадонтитов или воспалений вокруг зубов связано с текущим или бывшим курением. Бездымный табак вызывает рецессию десны и повреждение белой слизистой оболочки.



Зубы

Доказано, что курение является важным фактором в окрашивании зубов. Галитоз или плохое дыхание изо рта распространены среди курильщиков. Было показано, что случаи потери зубов происходит в 2—3 раза чаще у курильщиков, чем у некурящих.



Импотенция

Случай импотенции (трудность достижения и поддержания эрекции полового члена) происходит примерно на 85 процентов чаще у курящих мужчин, по сравнению с некурящими. Курение — это ключевая причина возникновения эректильной дисфункции. Оно вызывает импотенцию, потому что способствует сужению артерий и повреждению клеток, выстилающих внутреннюю часть артерий и, как следствие, уменьшению кровоснабжения полового члена.

Материнское здоровье

ВОЗ утверждает, курящие женщины имеют повышенный риск бесплодия и задержек в наступлении беременности. Курение во время беременности:



уменьшается
выработка
грудного молока

повышает
вероятность
мертворождений и
смерти
новорожденных

повышает
риск
преждевре-
нных родов

повышается
риск рака
шейки матки

Вред плоду

ВОЗ утверждает, что в период беременности табак повысит вероятность мертворождения и врожденных аномалий. От курения увеличивается вероятность отдельных врожденных пороков развития плода, Синдром внезапной детской смерти, инвалидность.





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!