

По данным Всемирной организации здравоохранения, каждые 6,5 секунд из-за употребления табака в мире умирает один человек. Исследования показывают, что люди, закурившие в юные годы (а это 70% курильщиков) и продолжающие курить в течение двух последующих десятилетий и более, умрут раньше, чем те, кто никогда не курил.

ПСОРИАЗ

У курильщика в 2-3 раза выше риск возникновения псориаза – хронического кожного заболевания, которое проявляется в виде зудящих мокнущих красных пятен.

СЛЕПОТА

У курильщиков на 40% чаще, чем у некурящих, возникает катаракта – помутнение хрусталика, вызывающее значительное ухудшение зрения, вплоть до полной слепоты. Причинами заболевания являются, с одной стороны, хроническое раздражение слизистой оболочки глаз табачным дымом, а с другой – систематическое поступление в глазное яблоко токсических веществ, которые поступают в легкие при курении и с током крови разносятся по всему организму. Курение также способствует развитию макулодистрофии – постепенному разрушению зрительного пятна, что приводит к ухудшению зрения и сужению зрительных полей.

МОРЩИНЫ

Курение вызывает преждевременное старение кожи за счет снижения ее кровоснабжения, ухудшения питания (в первую очередь недостаточности витаминов А и С), разрушения коллагеновых волокон, придающих коже упругость. Кожа становится сухой и морщинистой, особенно в области губ и глаз.

ПОТЕРЯ СЛУХА

Курение приводит к развитию атеросклероза (уплотнение стенки и сужение просвета кровеносных сосудов), что вызывает ухудшение кровоснабжения внутреннего уха. Кроме того, инфекции среднего уха могут привести к таким серьезным осложнениям, как менингит и паралич лицевого нерва.

РАК

В составе табачного дыма содержится более 40 канцерогенных веществ. У курильщиков в 22 раза чаще, чем у некурящих, развивается рак

легких. Курение вызывает 90% случаев рака легких у мужчин и 80% – женщин. Исследования показывают, что чем больше человек курит, тем выше риск возникновения этой и других форм рака, таких как: рак слизистой оболочки носа – в 2 раза; слизистой оболочки полости рта – в 4-5 раз; рак губы и гортани – в 10 раз; пищевода – в 2-5 раз; желудка – в 2 раза; поджелудочной железы и почек – в 2-4 раза. По последним данным, курение также повышает риск развития рака молочной железы.

РАЗРУШЕНИЕ ЗУБОВ

Компоненты табачного дыма вызывают пожелтение эмали зубов, развитие зубного камня и кариеса. Курильщики в 1,5 раза чаще теряют зубы, чем их некурящие сверстники.

ЭМФИЗЕМА

Курение вызывает эмфизему – хроническое заболевание, при котором происходит расширение и разрыв альвеол – маленьких воздушных мешочков, из которых состоят легкие. Это нарушает способность легких поглощать кислород и выделять углекислый газ, что приводит к появлению одышки даже при небольших нагрузках. Курение служит также причиной хронического бронхита – заболевания, сопровождающегося надсадным кашлем с выделением слизисто-гнойной мокроты и нарушением дыхания.

ОСТЕОПОРОЗ

Угарный газ, содержащийся в табачном дыме (а также в выхлопных газах автомобилей), связывается с гемоглобином крови намного легче, чем кислород, что на 15% снижает способность крови доставлять в ткани жизненно необходимый им кислород. В результате хронического кислородного голодания кости курильщиков теряют плотность, легче ломаются и медленнее срастаются (на заживление уходит до 80% больше времени). Курильщики также в большей степени страдают от болей в спине.

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ БОЛЕЗНИ

Сердечно-сосудистые заболевания устойчиво занимают первое место среди всех причин смерти жителей Беларуси, а употребление табака является одним из главных факторов их развития. Курение повышает артериальное давление и содержание холестерина в сыворотке крови, вызывает учащение сердцебиения и аритмию, приводит к развитию атеросклероза и образованию тромбов. В результате многократно

возрастает риск возникновения сердечного приступа, инфаркта миокарда и мозгового инсульта, что может привести к смертельному исходу.

ЯЗВА ЖЕЛУДКА

Курение снижает сопротивляемость организма бактериям, вызывающим язвенную болезнь желудка, а также устойчивость слизистой оболочки желудка к раздражающему действию соляной кислоты, входящей в состав желудочного сока. Это повышает риск осложнений и снижает эффективность лечения язвенной болезни.

ПОЖЕЛТЕНИЕ НОГТЕЙ

Табачная смола постепенно накапливается на коже пальцев рук и ногтях, окрашивая их в желтовато-коричневый цвет.

РАК ШЕЙКИ МАТКИ И НЕВЫНАШИВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ

Помимо повышения риска возникновения рака шейки матки, курение вызывает осложнения течения беременности и родов

Курение женщины в период беременности повышает риск рождения у нее ребенка с недостаточным весом и возникновения у него проблем со здоровьем в будущем. У курящих женщин в 2-3 раза чаще происходят выкидыши и мертворождения, что связано с недостаточным для нормального развития плода поступлением кислорода и патологией плаценты, обусловленной содержанием в табачном дыме угарного газа и никотина.

УХУДШЕНИЕ КАЧЕСТВА СПЕРМЫ

Курение может повреждать ДНК, снижать количество и ухудшать подвижность сперматозоидов, что увеличивает риск бесплодия выкидыша и формирования врожденных дефектов плода. У курильщиков из-за ухудшения кровоснабжения половых органов возрастает риск импотенции.

БОЛЕЗНЬ БЮРГЕРА

Болезнь Бюргера (облитерирующий эндартериит) – заболевание периферических кровеносных сосудов, которое почти всегда связано с курением. Оно проявляется в виде воспаления стенок мелких и средних артерий и вен рук и ног и может приводить к закупорке сосудов и к гангрене, требующей оперативного хирургического вмешательства (вплоть до ампутации).

ГУ «Республиканский научно-практический центр
медицинской экспертизы и реабилитации»

ОРГАНИЗМ КУРИЛЬЩИКА

