



Последствия курения табака для здоровья

Курение табака является главной, предотвратимой причиной смертности от сердечно-сосудистых заболеваний и рака.

Курение увеличивает риск развития инфаркта миокарда в 2 раза. 30-40% всех смертей от ишемической болезни сердца связаны с курением. Курение также в два раза увеличивает смертность от инсульта.

Курение является причиной 30% всех смертей от онкологических заболеваний. Оно увеличивает риск рака легких в 17 раз, рака полости рта в 18 раз, рака гортани в 11 раз, рака мочевого пузыря в 2 раза. Курящие трубку или сигары по степени риска смерти от рака легких в течение всей жизни занимают промежуточное положение между некурящими и курящими сигареты. Увеличение числа курящих женщин в последние десятилетия привело к увеличению случаев рака легких у женщин.

Риск развития хронических обструктивных заболеваний легких у курящих в 5-8 раз выше по сравнению с некурящими.

У курящих в 3-4 раза чаще по сравнению с некурящими имеется прогрессирующие заболевания десен. Эффективность лечения периодонтита у курильщиков вдвое ниже, чем у некурящих. Предполагается связь курения с возникновением кариеса.

Другие заболевания и состояния, связанные с курением -это облитерирующий атеросклероз нижних конечностей; рак пищевода, желудка, почек, поджелудочной железы и шейки матки; бронхиальная астма; язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки; остеопороз и перелом шейки бедра у женщин пожилого возраста; ранний климакс; бесплодие (по крайней мере, у мужчин); замедление заживляемости ран; старение кожи и преждевременное образование морщин на лице; бессонница и другие.

Курение во время беременности увеличивает риск выкидышей, оказывает неблагоприятное воздействие на развитие плода (врожденный порок сердца и др.), вызывает снижение веса новорожденных, преждевременную внутриутробную

смерть, отставание в физическом и умственном развитии после рождения. Курение также влияет на снижение способности к деторождению у женщин и нарушение спермообразования у мужчин.

Сочетание курения и других факторов риска, таких, артериальная гипертензия, повышенный уровень холестерина в крови, низкая физическая активность и др. дополнительно увеличивает риск развития сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Сочетание курения с чрезмерным потреблением алкоголя увеличивает риск развития рака полости рта и пищевода. Курение может усилить действие различных токсических веществ при работе с ними и увеличить риск развития профессиональных заболеваний. У женщин, которые курят и принимают оральные контрацептивы риск развития инсульта в 20 раз больше по сравнению с некурящими женщинами.

Курение табака влияет на ожидаемую продолжительность и качество жизни: 35-летняя курящая женщина проживет на 5 лет меньше, чем некурящая, 35-летний курящий мужчина проживет на 7 лет меньше, чем некурящий.

Влияние курения на подростков: более частые и тяжелые респираторные заболевания; снижение функции и темпа роста легких; рост бронхо-легочных заболеваний с приступами кашля и свистящего дыхания; усиление одышки; понижение физической активности; снижение выносливости.

Степень риска развития заболеваний у курильщиков очень вариабельна и обусловлена:

- длительностью, интенсивностью курения и типом табачного дыма;
- профессиональным воздействием; окружающей средой;
- генетически обусловленной чувствительностью;
- сопутствующими заболеваниями.

В последнее время доказан вред пассивного курения. Пассивное курение негативно влияет на здоровье новорожденных и детей: у детей, подвергающихся пассивному курению, низкий вес при рождении; чаще, чем в популяции встречается синдром внезапной смерти во сне; отставание в физическом и умственном развитии бронхит и пневмония; бронхиальная астма, воспаление среднего уха.

Влияние пассивного курения на взрослых проявляется:

- увеличением риска бронхита и пневмонии;
- рака пищевода;
- злокачественных опухолей назальных синусов;
- возрастанием риска смерти от сердечно-сосудистых заболеваний;
- увеличением распространенности острых и хронических болезней сердца.

**Безопасных сигарет
или безопасного уровня курения
не существует.**