

نیکوتین و مضرات آن:

در سیگار ۴۰۰۰ ماده خطرناک همچون آمونیاک، آرسنیک، سرب وجود دارد. ماده ای که باعث می شود افراد به سیگار گرایش پیدا کنند نیکوتین است. یک نخ سیگار حاوی ۲۰-۸ میلی گرم نیکوتین است که فقط یک میلی گرم آن جذب بدن می شود. نیکوتین عملکرد بدن و مغز را دگرگون می کند که سبب افزایش ضربان قلب، فشار خون، تنفس سریع و کم عمق، افزایش گلوکز خون، کاهش احساس گرسنگی، انسداد عروق خونی و در پی آن سکته قلبی و مغزی، کاهش کارایی سیستم ایمنی بدن، سرطان دهان-گلو-حنجره و ریه، زخم معده می شود.

نقش سیگار در ایجاد بیماری های قلبی-عروقی:

سیگار با تنگ کردن رگ های داخل بدن سبب می شود قلب بیشتر تلاش کند تا بتواند با فشار بیشتری خون را در رگ های بدن به جریان اندازد که در نتیجه باعث سرطان های رلایج در افراد سیگاری می شود.

نکته:

عضله قلب زمانی سالم می ماند که خون کافی توسط شریان های کرونر به آن برسد در سیگاری ها این رگ ها به تدریج تنگ شده و دچار تصلب شرایین یا آترواسکلروز می شوند.

دود سیگار همچنین دارای مونوکسید کربن است که در خون جای اکسیژن را میگیرد و باعث کمبود اکسیژن در قلب و سایر ارگان ها می شود. این اثرات در دراز مدت ضایعات شدیدی در قلب و سایر سیستم عروقی برجای می گذارد.

استعمال دخانیات احتمال ایجاد لخته در خون را زیاد می کند:

در افراد سیگاری عبور خون از عروقی که به دلیل مصرف سیگار تنگ شده منجر به ایجاد لخته در عروق از جمله عروق کرونر می شود زمانی که لخته تشکیل می شود دردهایی در ناحیه قلب به وجود می آید که آنزین گفته می شود. سکته قلبی زمانی رخ می دهد که انسداد عروق کامل شود. بروز سکته های مغزی و حملات قلبی در افراد سیگاری ۲-۳ برابر بیشتر است.

سیگار و زخم معده:

سیگار مهم ترین عامل تشدید کننده ی زخم معده است که مانع از بهبودی آن می شود.

دو علت عمده برای ایجاد زخم معده

۱-ابتلا به میکروب هلیکوباکتر

۲-مصرف دخانیات و داروها

علامت:

زخم هایی که احتمال خون ریزی، ایجاد پارگی یا مژمن شدن آن زیاد است

زخم معده اغلب بدون علامت است و تا زمانی که آنوسکوپی انجام نشود فرد متوجه آن نمی شود.

بیشتر به صورت تهوع، نفخ، سنگینی سردل، بوی بد دهان، استفراغ خونی و دفع مدفوع سیاه خود را نشان می دهد.





دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

نام بیمار:

نام پرستار:

نام پزشک:

کد: ۶

سطح: ۷

اثرات زیان آور سیگار



گروه مخاطب: بیماران

تهیه کننده: گل بهار گری

زیر نظر: خانم آریین

زمستان ۱۳۹۳

نکته:

احتمال آسم و ناراحتی های ریه در افرادی که اطرافیان شان سیگار می کشند بیشتر از آن هایی است که در معرض دود سیگار قرار می گیرند.

مصرف یک بسته سیگار در روز خطر بیماری عروق کرونر را ۲ برابر افزایش می دهد.

منابع:

WWW.ILO.ORG

WWW.HAZARD.COM

سیگار باعث نازایی زن می شود:

تحقیقات نشان می دهد خانم هایی که والدین آن ها یا همسرانشان سیگاری هستند ممکن است دچار مشکلاتی در باروری شوند، خانم هایی که در محیط های حاوی دود سیگار به مدت زمان طولانی حضور داشته باشند نسبت به دیگر افراد احتمال باروریشان کمتر است. دود سیگار باعث مرگ جنین در ماه های اول می شود.



hiDoctor.ir