

Курение и сердечно-сосудистые заболевания



Сердце человека выполняет огромную работу, обеспечивая движение крови в сосудах. Работа сердца (частота и сила его сокращений) изменяется в зависимости от активности организма и различных условий, в которых он находится. **При изучении влияния табачного дыма и никотина на человека было доказано, что курение и продукты табака оказывают на сердечно-сосудистую систему весьма вредное воздействие.**

Влияние никотина на кровообращение реализуется преимущественно через нервную систему и надпочечники. При этом наблюдаются нарушения ритма сердца, перебои, чувство замирания сердца, повышения тонуса сосудов, их спазм. Постоянный спазм сердечных (коронарных) сосудов способствует их склеротическому перерождению, нарушению питания сердечной мышцы и возникновению ишемической болезни (стенокардии).

Ишемическая болезнь обычно сопровождается резкими болями в области сердца, отдающая в левую руку и лопатку. При этом может развиваться еще более опасное заболевание – это омертвление части мышцы сердца (инфаркт миокарда).

Ишемическую болезнь сердца часто называют «болезнью века». Она занимает по смертности первое место среди всех других заболеваний. Одной из причин ее возникновения ученые всех стран мира считают курение табака.

При выкуривании до одной пачки сигарет в сутки умирает на 80% больше людей, чем тех, кто не курит, а из выкуривающих от одной до двух пачек умирает в 2–2,5 раза больше. Смертность среди курящих тем выше, чем дольше они курят.

У лиц, начавших курить до 20 лет, смертность значительно выше, чем у лиц, начавших курить после 25 лет. Смертность у лиц, продолжающих курить выше, чем у лиц, бросивших курить.

При изучении изменений коронарных сердечных сосудов у больных ученые пришли к выводу, что площадь атеросклеротического поражения внутренней оболочки венечных артерий сердца у курящих лиц молодого и среднего возраста почти в 2 раза превышает аналогичные изменения, чем у некурящих.

Наряду с поражением коронарных сосудов при курении табака возникают изменения и в других сосудах организма, способствующие, в частности, возникновению **гипертонической болезни и облитерирующего эндартериита (перемежающаяся хромота)**.

Известно, что окись углерода, содержащийся в табачном дыме, связывает гемоглобин крови — основной переносчик кислорода, тем самым ухудшается снабжение организма кислородом. Следует подчеркнуть, что особенно вредно и опасно курение табака лицам, предрасположенным к заболеваниям или уже имеющим те или иные заболевания сердечно-сосудистой системы. На этом фоне вредное воздействие табачного дыма проявляется быстрее и сильнее, чем обычно.

Итак, поражения сердца, сосудов и крови, вызываемые веществами, содержащимися в табаке наносят здоровью человека непоправимый ущерб. Чем меньше и реже человек курит и чем позже начал и раньше бросил курить, тем больше у него шансов сохранить здоровье.