



的数倍。因为饭后吸烟会妨碍食物消化，影响营养吸收，还对胃及十二指肠造成直接损害，使胃肠功能紊乱，胆汁分泌增加，容易引起腹部疼痛等症状。

96 吸烟与肺癌有多大关系？

与吸烟关系较密切的恶性肿瘤有肺癌、口腔癌、咽喉癌、食管癌、胃癌、结肠癌、肝癌、胰腺癌、膀胱癌、皮肤癌、肾癌等。其中关系最密切，也是人们最为熟知的是肺癌。国际医学界公认，吸烟是导致肺癌的罪魁祸首。吸烟者的肺癌患病率是不吸烟者的 3~15 倍（有报道称，最高可达 30 倍）。我国每年死亡的 830 多万人中，因吸烟导致死亡的多达 100 余万人，其中因肺癌死亡的人数约为 60 万人。有数据表明，在肺癌死亡的患者中，87% 是由吸烟和被动吸烟引起的。

因吸烟导致肺癌而死亡的 60 万人仅占数亿烟民和被动吸烟者的一小部分，吸上几十年烟最终死于肺癌的几率尽管很高也不过百分之几，往往给人一种危险不在眼前，危险与己无关的感觉。因此，许多吸烟者出现刺激性干咳、血丝性黏痰等征兆时往往并不在意，临床大多数肺癌患者就诊时已属晚期，失去根治性治疗的最佳时机，这是肺癌死亡率居各种恶性肿瘤首位的主要原因。因此，尽管得癌概率较低，可一旦患上对个人来说概率就是百分之百，与其患病后追悔莫及不如尽早戒烟防患于未然。

吸烟与肺癌的患病率是成正比的，有这样一个吸烟指数公式，您可以算一下：每天吸烟支数 \times 吸烟的年数 = 吸烟指数。对肺癌的研究发现，吸烟指数在 400 以上或每日吸烟超过 20 支、年龄大于 45 岁的人