



孕症的患病率较不吸烟者高出 2~3 倍。即使怀孕也会对胎儿有较大的危害，导致胎儿发育迟缓、早产、新生儿体重不足和免疫力低下等。

令人遗憾的是，女性烟民戒烟比男性更难。戒断症状中体重增加是很多女士更难承受的。此外，体内激素水平的变化也影响着尼古丁替代辅助治疗的疗效。

101

多年吸烟身体会出现异常吗？



多年吸烟者，机体会发生一系列适应性改变，就像人们对噪声污染等有害刺激日久会适应一样，但这种适应是维持在一种不正常的水平上。烟毒的作用是日积月累不断蓄积的，发病仅仅是迟早的事。有人戒烟后不久就患了肺癌等病，完全是时间上的巧合，是长期吸烟所致，如果不戒烟发病会更提前。如果早戒烟 10 年以上，他完全可能不得肺癌。而且对烟雾中的多种有害物，人们的机体是无法适应的，最

终必然导致慢性中毒。

许多人戒断烟瘾后会出现身体发胖的情况，这是因为烟草中的尼古丁类致瘾物积留在经常吸烟的人的大脑中与脑啡肽结合后形成了耐受性，并能抑制大脑中的饥饿中枢，使吸烟者在这些致瘾物的作用下，减少了饥饿感，减少了摄取食物的欲望。只要经常吸烟，身体基本保持原