

الأمراض الصحية الناجمة عن التدخين



انقطاع الطمث المبكر

قد تعاني النساء المدخنات من انقطاع الطمث مبكرًا وقد يعانين من الهبات الساخنة.



اضطرابات الرؤية

التدخين يزيد من خطر ضعف الرؤية، بما في ذلك تلف الشبكية واعتام عدسة العين. كما يمكن أن يسبب الدخان الحساسية والتهاب الملتحمة.



اضطرابات التذوق والشم

المواد الكيميائية في دخان السجائر سامة للظهارة التنفسية. التعرض المنتظم يقلل من حاسة الشم والتذوق.



سرطان الرئة

التدخين يسبب 80-90% من حالات سرطان الرئة. المدخنون لديهم احتمالية تصل إلى 20 ضعفًا للإصابة بسرطان الرئة مقارنة بغير المدخنين.



مرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD)

التدخين يسبب 8-10 من كل 10 حالات مرض الانسداد الرئوي المزمن. على الرغم من أن المرض لا يمكن علاجه، إلا أن التوقف عن التدخين يبطئ تقدمه بشكل كبير.



فقدان الشهية

بسبب قمع النهايات العصبية، قد لا يشعر المدخنون بالجوع، مما يؤدي إلى ضعف الشهية.



ضيق الأوعية الدموية

النيكوتين يضيق الأوعية الدموية، مما يجعل القلب يعمل بجهد أكبر ويرفع ضغط الدم.



سرطان عنق الرحم

التدخين يضعف خطر الإصابة بسرطان عنق الرحم. يكون الخطر مرتفعًا بشكل خاص مع استخدام التبغ لفترات طويلة وبكثافة.



أصابع صفراء

بسبب التعرض المستمر للسجائر، قد تصبح أصابع وأظافر المدخنين صفراء.



مضاعفات الحمل ومخاطر الولادة

التدخين يمكن أن يزيد من خطر الولادة المبكرة بنسبة 25%. أثناء الحمل، يزيد التدخين بشكل كبير من خطر انخفاض وزن المولود، الوفيات المحيطة بالولادة، الولادة المبكرة، والمضاعفات.



شيخوخة الجلد

التدخين يسرع من شيخوخة الجلد. يميل جلد المدخنين إلى التجاعيد ويصبح رماديًا وباهتًا في وقت أبكر من غير المدخنين.



أنواع أخرى من السرطان

التدخين يزيد من خطر الإصابة بسرطان الفم، الحنجرة، المعدة، المثانة والكلى.



خطر سرطان الدم

التدخين يزيد من خطر الإصابة بسرطان الدم، مثل اللوكيميا.



تنظيم المزاج

قد يبدو أن التدخين يحسن المزاج، لكن الدراسات تظهر أن الشعور بالمتعة الناتج عن التدخين يعود إلى تخفيف أعراض انسحاب النيكوتين.



القلق والتهيج

مع مرور الوقت، يصبح المدخن أكثر عصبية واضطرابًا ويشعر بزيادة في القلق.



رائحة كريهة

يتراكم دخان التبغ على الأسطح، ويخترق الجلد والشعر والملابس والأثاث، مما يسبب رائحة كريهة.



أسنان غير صحية

تصبح الأسنان صفراء، مع رائحة فم كريهة وزيادة في البكتيريا، مما يؤدي إلى التهابات وزيادة خطر فقدان الأسنان.



التهاب الشعب الهوائية

يزداد خطر الإصابة بالتهاب الشعب الهوائية. المدخنون أكثر عرضة للإصابة بالعدوى الرئوية والسل وأمراض الرئة الأخرى.



السعال المستمر

السعال المستمر، الصوت الأجش، والصغير غالبًا ما تكون علامات مبكرة لأمراض الرئة الانسدادية.



أمراض القلب

المدخنون لديهم ضعف احتمالية الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. 25% من الوفيات المتعلقة بالقلب مرتبطة بالتدخين. التدخين السلبي يمكن أن يزيد من خطر أمراض القلب بنسبة 25-30%.



مستويات الكوليسترول

التدخين يقلل من مستوى الكوليسترول "الجيد" (HDL) في الدم ويزيد من مستويات الكوليسترول "الضار".



الجهاز المناعي

التدخين يضعف الجهاز المناعي. المدخنون أكثر عرضة للإصابة بالعدوى التنفسية العلوية.



العقم

التدخين يؤثر سلبيًا على الخصوبة لدى الرجال والنساء، مما يقلل من مدة الخصوبة والقدرة على الإنجاب.



ضعف الانتصاب

بسبب تلف الأوعية الدموية، يزيد التدخين من احتمالية الإصابة بضعف الانتصاب. كما يمكن أن يقلل من مستويات التستوستيرون لدى الرجال.



مضاعفات السكري

المدخنون لديهم خطر أعلى للإصابة بمرض السكري من النوع 2. يزيد التدخين من مقاومة الأنسولين، مما يجعل إدارة مرض السكري أكثر صعوبة ويسبب مضاعفات في الكلى والقلب والعينين.



تجلط الدم

التدخين يعزز تجلط الدم، مما يزيد من التصاق الصفائح الدموية.