



Сигарета або життя

Всесвітній день без тютюну оголошено ВООЗ у 1987 р. з метою подолання проблеми тютюнопаління у XXI ст. У центрі уваги цієї щорічної події — небезпека для здоров'я, пов'язана з курінням, і заходи, яких вживає ВООЗ для зменшення масштабів цього явища

На думку спеціалістів, за своїм складом і основними фізико-хімічними властивостями сигаретний дим нагадує зварювальний аерозоль, а його токсичність в 4,5 рази перевищує таку вихлопів автомобільного транспорту. Питома вага тютюнового диму в загальному забрудненні атмосфери з кожним роком продовжує зростати, що ставить його поряд із іншими потужними забруднювачами довкілля.

За даними ВООЗ, відомо понад 25 захворювань — серцево-судинні, легеневі та онкологічні, які розвиваються або ускладнюються під впливом куріння. Кожного року від них помирають майже 5 млн осіб. Не менше тривожить й те, що сотні людей, які ніколи не курили, йдуть з життя через хвороби, причиною яких є вдихання вторинного тютюнового диму.

27 лютого 2005 р. вступила в дію Рамкова конвенція ВООЗ щодо боротьби проти тютюну. Україна ратифікувала її в 2006 р. Це означає, що наша держава взяла на себе зобов'язання приймати всі її умови на національному, регіональному і міжнародному рівнях з тим, щоб постійно та істотно скорочувати споживання тютюну і тютюнового диму.



Богдана Убога

ВПЛИВ КУРІННЯ НА ДИХАЛЬНУ СИСТЕМУ

Богдана Убога, завідувач відділу сімейної медицини комунальної 5-ї МКП м. Львів:

— Сполучна тканина бронхів у зятого курця з часом втрачає еластичність, дихальні трубки розтягуються і подекуди випинаються, що призводить до утворення бронхоектазів. Голосові зв'язки запалюються, товщуються і набухають,

відтак тембр голосу змінюється. У курців зі стажем розвиваються запалення гортані (ларингіт) і трахеї (трахеїт). У 88% з них діагностують хронічний бронхіт з виділенням гнійного мокротиння. Якщо при цьому з'являється неприємний запах з рота, це свідчить, що інфекція проникла в легеневу тканину і спричинила запалення, а іноді й нарив легені.

Поширеними явищами є так званий кашель курця (особливо вранішній), ущільнення легень — пневмосклероз і втрата еластичності легеневої тканини — емфізема легень. Поза тим, у курців набагато частіше розвиваються злоякісні пухлини всіх органів дихання — гортані, бронхів, легені, нижньої губи, язика, порожнини рота.

Смертність від раку легені підвищується прямо пропорційно кількості викурених щодня сигарет. Люди, які викурюють до 10 сигарет на день, страждають на рак легені у 10 разів частіше, ніж ті, хто не курить, а ті, хто викурюють 40 сигарет і більше, — у 30 разів. За даними американських вчених, курці хворіють на рак легені у 40–50 разів частіше від некурців. Смертність від раку легені серед курців вища, ніж така внаслідок серцево-судинних захворювань серед тих, хто не курить, у всіх вікових групах.

Курці вдвічі частіше хворіють на туберкульоз легень, ніж ті, хто не курить.

Натомість куріння жінок, як свідчать результати досліджень, проведених німецькими вченими, у 1,5 рази збільшує імовірність розвитку раку молочної залози. За даними каліфорнійського дослідження, в якому брали участь 116 тис. жінок, виявлено зростання ризику розвитку раку молочної залози на третину. При цьому додаткову небезпеку становили інтенсивність та тривалість куріння, а також його ранній початок. Дія пасивного куріння (особливо в дитячому віці), тобто регулярне вдихання вторинного тютюнового диму, має навіть більш тяжкі прогностичні наслідки. У хворих жінок-курців порівняно з тими, хто не курить, вищий ризик смерті та розвитку метастазів раку в легені.



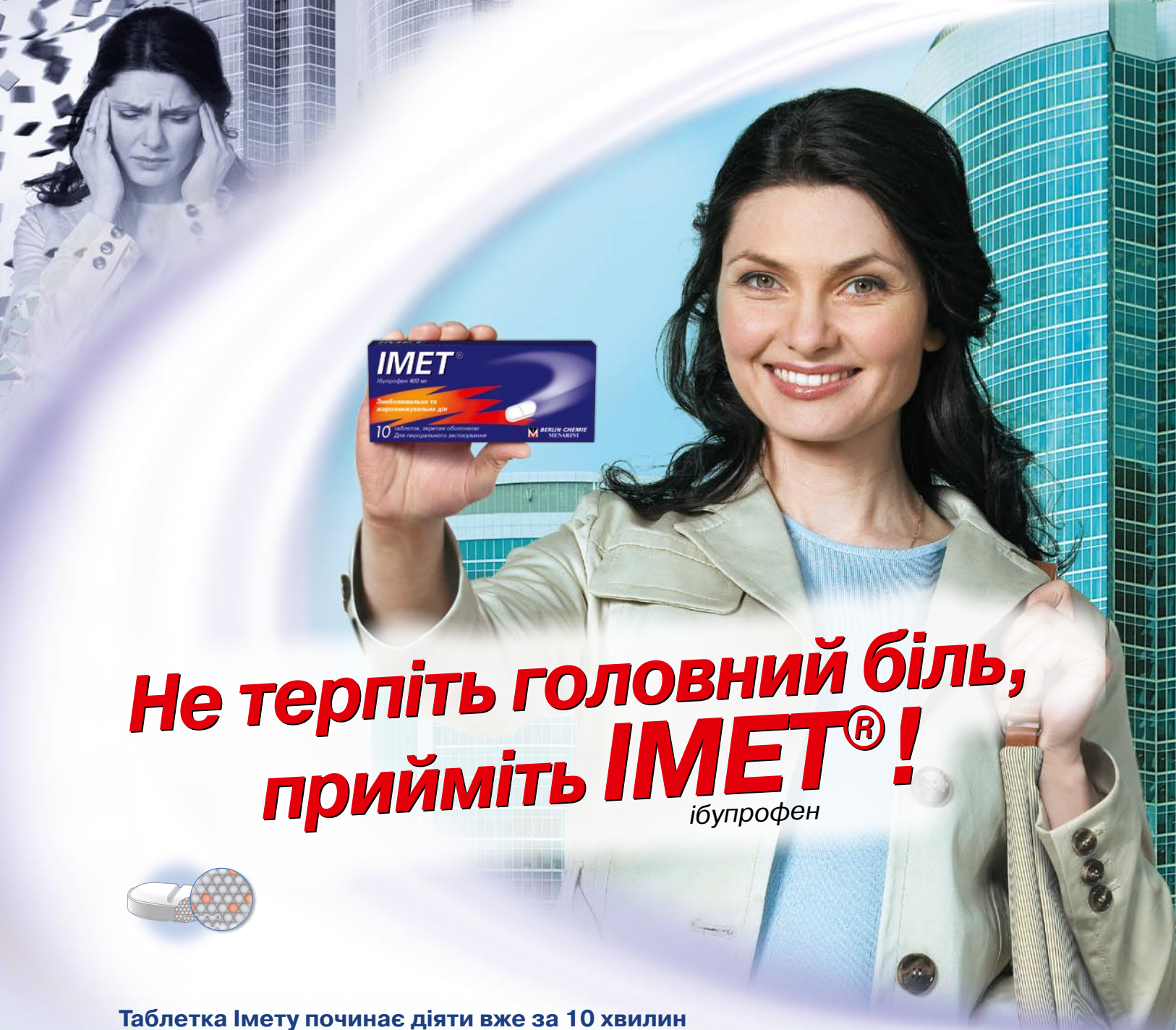
Леся Палій

ВПЛИВ КУРІННЯ НА СЕРЦЕВО-СУДИННУ СИСТЕМУ

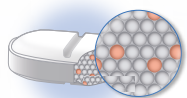
Леся Палій, лікар-кардіолог консультативно-лікувального діагностичного центру комунальної 5-ї МКП м. Львів:

— Дію куріння на серцево-судинну систему можна розділити на нагальну і віддалену.

Доведено, що тривале куріння може впливати на всі етапи форму-



Не терпіть головний біль, прийміть **IMET[®]**! ібупрофен



Таблетка Імету починає діяти вже за 10 хвилин

Потрійна дія ібупрофену: знеболювальна, жарознижувальна, протизапальна



**BERLIN-CHEMIE
MENARINI**

Реклама безрецептурного лікарського засобу. Р.П. UA/4029/01/01. Наказ МОЗ України №915 від 29.12.2015 р.
Лікарська форма. Таблетки, вкриті плівковою оболонкою. **Показання.** Симптоматичне лікування головного болю, в тому числі при мігрені, зубного болю, дисменореї, невралгії, болю у спині, суглобах, м'язах, при ревматичних болях, а також при ознаках застуди і грипу. Зберігати в місцях, недоступних для дітей. Перед застосуванням обов'язково ознайомтеся з інструкцією для медичного застосування Імет[®] та проконсультуйтеся з лікарем. **Виробник** – Берлін Хемі АГ.
Представництво "Берлін Хемі АГ/Менаріні Україна ГмбХ". Адреса: м. Київ, вул. Березняківська 29, 7-й поверх.
Тел: +38 (044) 494 33 85, факс +38 (044) 494 33 89.

UA_IME-02-2016_V1_Poster. Затв. до друку 03.03.2016.

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

вання атеросклерозу і зумовлювати атеросклеротичні зміни у стінках артерій. Розвиток цих патологій пояснюється тим, що куріння пошкоджує ендотелій, запускає процеси посиленої клітинної проліферації, стимулює синтез колагену та водночас може зумовлювати порушення обміну ліпідів у крові, функцій системи зсідання крові і регуляції судинного тону.

Серед низки шкідливих речовин, які містить тютюновий дим, до розвитку серцево-судинних захворювань більшою мірою призводять вуглецю монооксид та окислювальні гази. Зокрема, вуглецю монооксид зменшує транспортування кисню в крові, спричиняє пошкодження ендотелію та збільшення атерогенних властивостей ліпопротеїдів крові.

Поза тим, майже всі складові газоподібної частини сигаретного диму, а це високотоксичні хімічні компоненти — водень, водню ціанід, метан, летючі нітрати, азоту оксид, анілін, толуоїдин, інші поліциклічні ароматичні сполуки вуглеводню, низка окислених сполук — альдегідів, фенолів, кислот, складних ефірів тощо — повністю або частково здатні втручатися в обмін речовин і спричиняти дисметаболічний стрес в організмі.

Тривалий вплив сигаретного диму підвищує активність основних факторів згортання крові, змінює її в'язкість, збільшує адгезію та агрегацію тромбоцитів, вкорочує тривалість їхнього функціонування, пригнічує процеси фібринолізу, що в результаті спричиняє виникнення

Доведено та описано в літературі, що найбільшу небезпеку для організму людини становлять саме аерозольні (хімічно активні) форми ксенобіотиків, що систематично надходять в органи і тканини навіть у відносно невисоких концентраціях

тромбозу артерій, клапанної хвороби серця, уражень периферичних судин і мозкових артерій у курців.

Доведено, що сигаретний дим може пошкоджувати всі основні шари судинної стінки і насамперед ендотелій. Аналогічні ефекти сигаретного диму вдається одержати лише при дії сполук важких металів, зокрема, кадмію та свинцю.

Компоненти сигаретного диму здатні видозмінювати структуру і функцію гладком'язових клітин. Під час ультразвукового та інших досліджень виявляють потовщення артеріальної стінки і збільшення її жорсткості, що, на думку дослідників, є проявом прискореного розвитку атеросклерозу. Вираженість цих змін прямо пропорційна загальній кількості викурених упродовж життя сигарет.

Доведено та описано в літературі, що найбільшу небезпеку для організму людини становлять саме аерозольні (хімічно активні) форми ксенобіотиків, що систематично надходять в органи і тканини навіть у відносно невисоких концентраціях. Саме в такий спосіб тютюновий дим здійснює свій вплив на людину. Віддалені у часі зміни серцево-судинної системи (функціональні і морфологічні) виникають внаслідок високої біологічної активності та кумулятивної здатності переважної більшості його компонентів, наявності в його складі радіоактивних елементів і, щонайважливіше, потенціювання дії тисяч різних, одночасно поглинутих легеньями курця ксенобіотиків. Розташування клітин ендотелію на межі між циркулюючою кров'ю і тканинами зумовлює їхню вибіркочку підвищену уразливість щодо дії комплексу хімічних сполук, які миттєво потрапляють до системного та тканинного кровоплину шляхом їх вдихання в аерозольній та газоподібній формах.

Отже, враховуючи хімічний склад, властивості і механізми дії сигаретного диму на серце і судини, куріння слід розглядати не просто як один з багатьох чинників ризику, а як етіологічний стимул розвитку таких захворювань, як КХС, церебральний інсульт, порушення периферичного кровообігу в осіб молодого віку без інших відомих чинників ризику.



Марта Терлецька

ВПЛИВ КУРІННЯ НА РЕПРОДУКТИВНУ СИСТЕМУ

Марта Терлецька, завідувач жіночої консультації комунальної 5-ї МКП м. Львів:

— П'ята частина жінок, які курять, не кидають своєї звички всю першу половину вагітності, а не менше 15% продовжують курити до пологів. Значна частина репродуктивних втрат та низького рівня здоров'я дітей зумовлені саме курінням батьків.

Відповідно в Україні в структурі причин інвалідності дітей перше місце посідають вроджені аномалії та хромосомні порушення, друге — хвороби нервової системи, третє — розлади психіки та поведінки.

Доведений зв'язок куріння з ймовірним ризиком безпліддя як у жінок, так і у чоловіків: тютюновий дим має вплив на вироблення статевих гормонів, що й зумовлює порушення з боку репродуктивних органів. 20 сигарет на день — і бажане зачаття може відбутися у більш віддалений термін. З цієї ж причини у жінок існує ризик непрохідності маткових труб і, як наслідок, позаматкової вагітності. Окрім того, куріння підвищує ризик виникнення інфекційних захворювань статевих органів. Порушення менструального циклу, передменструальний синдром, нерегулярність менструацій, а також раннє їхнє припинення в багатьох випадках пов'язані з токсичним впливом куріння.

Встановлено зв'язок між курінням та передчасними пологами, самовільними викиднями, внутрішньоутробною загибеллю плода і новонародженого.

Вагітна, яка курить сама або регулярно вдихає дим як пасивний курець, ризикує народити дитину із нижчою від норми масою тіла. Це довели результати дослідження чеських науковців «Здорова вагітність — здорова дитина». Одразу після пологів вони провели опитування 1147 матерів про звички щодо куріння: 63,4% жінок ніколи не курили; 32,2% — повідомили, що кинули курити перед вагітністю або в I триместрі; 4,4% (50) — курили протягом всієї вагітності. Середня маса дітей у жінок, які курили в період вагітності, була нижче на 119 та 171 г порівняно з показниками у тих дітей, які народились у матерів, які ніколи не курили, та у колишніх курців відповідно.

У жінок, які самі ніколи не курили, але постійно зазнавали впливу пасивного куріння як на роботі, так і вдома, маса тіла дітей була нижчою на 189 г порівняно з такою у породіль, які ніколи не вдихали тютюновий дим, і навіть на 70 г меншою, ніж у матерів, які курили в період вагітності. Для дитини, маса тіла якої при народженні має становити щонайменше 2,5 кг, це великі втрати, зумовлені недостатнім розвитком життєво важливих органів і тканин. Вважається, що раннє припинення куріння зводить цей ризик до мінімуму.

Що стосується чоловіків, то за результатами наукових досліджень встановлено, що курці вдвічі частіше страждають на імпотенцію, ніж ті, хто не курить. Причинами таких порушень вважають атеросклеротичні зміни артерій статевого органа чоловіків, спричинені курінням. У 90% випадків імпотенція курців не піддається навіть сілденафілу. Дослідження сім'яної рідини курців порівняно з такою чоловіків, які не курять, довели, що вміст альфа-токоферолу (вітаміну Е) був у них на 32%, аскорбінової кислоти — на 17% нижчий, тоді як вміст речовини, яка виробляється під впливом оксидантного пошкодження ДНК сперми в результаті куріння, перевищував 50%. Отримані результати дозволяють зробити висновок про те, що куріння майбутнього батька може призвести до дефектів розвитку в новонароджених.

Лариса Дедишина

