

Tác hại của thuốc lá đối với sức khỏe con người

Ai cũng biết hút thuốc lá có hại cho sức khỏe. Tuy nhiên, tỷ lệ người hút thuốc lá đang có xu hướng tăng lên, đặc biệt ở các nước đang phát triển, trong đó có Việt Nam. Có nhiều nguyên nhân khác nhau dẫn đến tình trạng này, nhưng đa số là do sự hiểu biết một cách cụ thể về tác hại của khói thuốc lá còn hạn chế, kiến thức chưa đầy đủ. Điều đó xuất phát từ việc thiếu các biện pháp tuyên truyền giáo dục về thuốc lá và tác hại của thuốc lá đối với sức khỏe con người.

I. Nguyên nhân gây bệnh

Khói thuốc lá chứa tới hơn 7000 chất phân lớn là chất độc hại, trong đó có khoảng 60 chất là tác nhân gây ung thư, đặc biệt nguy hiểm nhất là nicotin. Nicotin dưới dạng tinh khiết đó là một chất lỏng trong suốt, có mùi khó chịu và vị đắng, dễ tan trong nước và dễ dàng xâm nhập vào cơ thể qua đường miệng, hô hấp, thậm chí qua cả da. Trong khói thuốc lá có nhiều chất kích thích phế quản, tuy nhiên người nghiện hút thuốc lá quá nhiều không bị chết ngay vì liều lượng cứ ngấm dần vào cơ thể.

I. Các tác hại của thuốc lá

Khi hút thuốc lá, hoặc sống chung với người hút thuốc, khói thuốc hít qua phổi ngấm vào máu, tích lũy lâu ngày trở thành điều kiện và nguyên nhân gây nên các bệnh tim mạch, viêm nhiễm đường hô hấp gây tổn thương trong lòng mạch máu. Vì vậy người hút thuốc lá dễ bị các bệnh như: rụng tóc, đục thủy tinh thể, da nhăn, giảm thính lực, sâu răng, ung thư da, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, loãng xương, bệnh tim mạch, vàng móng tay, ung thư cổ tử cung, tinh trùng biến dạng, bệnh vảy nến, viêm tắc mạch máu, ung thư phổi và các cơ quan khác như: mũi, miệng, lưỡi, tuyến nước bọt, họng, thanh quản, thực quản, thận, dương vật, tụy v.v.

Ngoài ra hút thuốc lá còn làm giảm số lượng và chất lượng tinh trùng, dễ dẫn đến vô sinh ở nam giới; tăng nguy cơ ung thư tử cung, rối loạn kinh nguyệt, ung thư vú, đối với phụ nữ; dễ bị còi xương, trí tuệ chậm phát triển, suy dinh dưỡng đối với trẻ em..

IV. Những điều đáng nhớ

Vì một cộng đồng không khói thuốc! Vì sức khỏe của mỗi người. Vì tương lai con em chúng ta.

Các thầy và các bạn sinh viên nam hãy bỏ thuốc lá ngay từ bây giờ và đừng.

- Đừng hút thuốc lá trong nhà, phòng làm việc.
- Đừng hút thuốc lá nơi công cộng.
- Đừng hút thuốc lá trước mặt trẻ em.
- Đừng mời hoặc nhận thuốc lá từ bạn bè, đồng nghiệp.

Và Hãy:

- Hãy giảm hút thuốc lá.
- Hãy cai nghiện thuốc lá.
- Hãy kiên quyết nói không với thuốc lá khi chưa từng hút.
- Hãy để môi trường xung quanh không khói thuốc lá.



Duyệt BGH

Y tế trường