

Οικονομικές επιπτώσεις του καπνίσματος

Έγιναν μελέτες και διαπιστώθηκε ότι εάν συγκρίνουμε τα κέρδη από την κατανάλωση και εμπορία του καπνού, προκύπτει ότι ξοδεύονται πολύ περισσότερα για την αντιμετώπιση των προβλημάτων Υγείας που δημιουργούνται από το κάπνισμα.

1) Οι μισοί θάνατοι που προκαλούνται από το κάπνισμα και οφείλονται στη χρήση καπνού συμβαίνουν κατά τα πλέον παραγωγικά χρόνια της ζωής. Αυτό έχει ως συνέπεια τη μείωση των δεικτών παραγωγικότητας και την απώλεια οικονομικών ευκαιριών για ανάπτυξη.

2) Οι καπνιστές έχουν και μεγαλύτερη νοσηρότητα, γεγονός που συνεπάγεται αυξημένο απουσιασμό από την εργασία, μειωμένη παραγωγικότητα κατά την εργασία και πρόωγη αποχώρηση από την εργασία. Το κόστος θεραπείας και νοσηλείας των χρόνιων καπνιστών είναι ιλιγγιώδες. (Σύμφωνα με τις εκτιμήσεις της Παγκόσμιας Τράπεζας) το κόστος της φροντίδας υγείας για τα νοσήματα που σχετίζονται με το κάπνισμα ανέρχεται από 0,1 έως και 1,1% του ακαθάριστου εγχώριου προϊόντος (ΑΕΠ). Εξαιτίας του κόστους αυτού, το κάπνισμα θεωρείται ο μεγαλύτερος παράγοντας δαπανών για το ασφαλιστικό σύστημα. Το άμεσο και έμμεσο κόστος του καπνίσματος στην Ευρωπαϊκή Ένωση υπολογίζεται για το 2000 μεταξύ 97,7 και 130,3 δισ. ευρώ. Για την Ελλάδα έχει υπολογιστεί ότι το κόστος περίθαλψης νοσημάτων που οφείλονται στο κάπνισμα ξεπερνά τα 2,14 δισ. ευρώ ετησίως, ποσό δυσανάλογα μεγάλο σε σχέση με τις δυνατότητες του συστήματος υγείας.

4) Ο καπνιστής επιβαρύνεται οικονομικά για την αγορά των τσιγάρων. Για μια μέση κατανάλωση 20 τσιγάρων την ημέρα, ένας Έλληνας καπνιστής ξοδεύει περίπου 60 ευρώ το μήνα ή 720 ευρώ ετησίως. Το κάπνισμα φτάνει να κοστίζει έως 80 ευρώ κατά μέσο όρο τον μήνα ή πάνω από 2,6 ευρώ την ημέρα. Το ποσό αυτό είναι πολύ μεγαλύτερο για πολλούς καπνιστές που καπνίζουν περισσότερα από 20 τσιγάρα την ημέρα.

Ενδεικτικά

Καπνιστής ενός πακέτου την ημέρα :

3,5 ευρώ x 30 ημέρες = 105,00 ευρώ το μήνα
105 ευρώ x 12 μήνες = 1260,00 ευρώ το χρόνο
1260,00 ευρώ x 10 χρόνια = 12600,00 ευρώ τη δεκαετία

Καπνιστής δύο πακέτων την ημέρα :

5,40 ευρώ x 30 ημέρες = 162,00 ευρώ το μήνα
162,00 ευρώ x 12 μήνες = 1944,00 ευρώ το χρόνο
1944,00 ευρώ x 10 χρόνια = 19440,00 ευρώ τη δεκαετία

5) Η καθημερινή κατανάλωση προϊόντων καπνού επιβαρύνει οικονομικά τις φτωχότερες οικογένειες και δυσχεραίνει την πρόοδο, ακόμα και την επιβίωσή τους και αυτο γιατί άτομα χαμηλού εισοδήματος ξοδεύουν αναλογικά μεγαλύτερο μέρος του εισοδήματός τους για καπνό απ ότι πλουσιότερα άτομα

Στην Ελλάδα ποιά συγκεκριμένα

Η Ελλάδα είναι μία καπνοπαραγωγός χώρα με τεράστια (τουλάχιστον φαινομενικά) οφέλη από την παραγωγή, την διακίνηση και εμπορία του καπνού. Αυτό, ασφαλώς, θα ήταν αλήθεια, εάν δεν υπήρχαν οι δυσμενείς επιπτώσεις στην υγεία του πληθυσμού. Στην Ελλάδα οι τιμές των προϊόντων καπνού έχουν κρατηθεί σε χαμηλά επίπεδα σχετικά με άλλες Ευρωπαϊκές χώρες. Σε αυτή την χαμηλή τιμή μπορεί να οφείλονται, εν μέρει, και τα υψηλά ποσοστά επιτολασμού του καπνίσματος, κυρίως σε μικρές ηλικίες. Παρόλο όμως την χαμηλή τιμή των τσιγάρων, τα έξοδα για αγορά προϊόντων καπνού αντιπροσωπεύουν ένα μεγάλο ποσοστό των οικογενειακών εξόδων για το 2006, αφού υπολογίζονται σε 2,83 δισ ευρώ δηλαδή το 3,3% του συνόλου των οικογενειακών εξόδων (Ελλ. Στατ. Υπηρεσία 2006). Το 2009, 40% των Ελλήνων ήταν καπνιστές, ποσοστό σοκαριστικά υψηλό αν σκεφτεί κανείς ότι ο μέσος όρος των χωρών του ΟΟΣΑ είναι 22%. Αντίστοιχα, Γαλλία και Ισπανία κυμαίνονται στο 26%, 20% στις ΗΠΑ, ενώ ακόμα και η Ρωσία είναι περίπου 6% κάτω σε σχέση με τα ποσοστά της Ελλάδας. Την τελευταία δεκαετία, το ποσοστό

των Ελλήνων καπνιστών αυξήθηκε κατά 6%, όταν στις υπόλοιπες χώρες του ΟΟΣΑ μειώθηκε κατά περίπου 18%.

Φορολογία

Το κράτος εισπράττει μεγάλα ποσά από τη φορολόγηση του καπνού και των προϊόντων του. Το 9% των φορολογικών εσόδων της χώρας μας προέρχεται από τη φορολόγηση προϊόντων καπνού. Η τιμή των τσιγάρων έχει μεγάλη επίδραση επί της κατανάλωσης τους. Υψηλή φορολόγηση αποσκοπεί στη μείωση της κατανάλωσης.

Διαφήμιση και χορηγία

Τα ποσά που δαπανά η καπνοβιομηχανία για διαφήμιση και διάφορες χορηγίες είναι τεράστια. Για ν' αντιμετωπίσει τις νομοθετικές ρυθμίσεις περιορισμού της διαφήμισης, στρέφεται σε διάφορες χορηγίες που προσφέρουν έμμεση διαφήμιση (π.χ. χορηγίες θεατρικών, μουσικών παραστάσεων κ. α. εκδηλώσεων).

Ερευνητικές εκθέσεις δείχνουν ότι η διαφήμιση του καπνού αυξάνει την κατανάλωσή του.

Η βιομηχανία καπνού

Στην Ελλάδα απασχολούνται περίπου 500.000 άτομα σε επαγγέλματα που συνδέονται με τον καπνό (καλλιέργεια, βιομηχανία κλπ.)

Στην Αμερική

Σύμφωνα με το έγκριτο ιατρικό περιοδικό της Αμερικανικής Ιατρικής Εταιρείας (Journal of the American Medical Association) ιατρικά έξοδα που σχετίζονται με το κάπνισμα τσιγάρου ανήλθαν σε 50 δισεκατομμύρια δολάρια. Στα έξοδα αυτά δεν περιλαμβάνονται ο χαμένος χρόνος εργασίας λόγω ασθένειας, η περίθαλψη βρεφών που γεννήθηκαν με μικρό βάρος επειδή οι μητέρες κάπνιζαν και εγκαύματα από φωτιές που προκλήθηκαν λόγω τσιγάρου. Επίσης δεν υπολογίσθηκαν τα τροχαία ατυχήματα στα οποία η προσοχή του οδηγού αποσπάσθηκε στιγμιαία ενώ έσβηνε το τσιγάρο στο σταχτοδοχείο του αυτοκινήτου ή έψαχνε τον αναπτήρα κλπ.

Το 1993 στην Αμερική πουλήθηκαν 24 δισεκατομμύρια πακέτα τσιγάρα. Υπολογίζεται ότι ένας καπνιστής ξοδεύει περί τις 13.600 - 204.000 ευρώ τον χρόνο, ανάλογα με την αξία του τσιγάρου και την ποσότητα που καπνίζει. Σε 25 χρόνια ένας καπνιστής του 1,5 έως 2 πακέτων την ημέρα, έχει "καπνίσει" ένα μικρό διαμέρισμα. Αναφέρεται ότι κάθε εργαζόμενος καπνιστής στοιχίζει στην υπηρεσία που εργάζεται 1000 δολάρια παραπάνω από εκείνον που δεν καπνίζει. Τόσο είναι βεβαιωμένο αυτό, ώστε, οι ασφαλιστικές εταιρείες άρχισαν να ζητούν περισσότερα χρήματα από τους καπνιστές για να τους ασφαλίσουν, απ' όσα ζητούν από τους μη καπνιστές.

Εν συντομία :

Οι οικονομικές επιπτώσεις από το κάπνισμα σε παγκόσμια κλίμακα ανέρχονται σε δαπάνες της τάξεως των 100 δισ. δολαρίων το χρόνο για γιατρούς, φάρμακα, επιδόματα ανεργίας λόγω νόσου και εγχειρήσεων.

Το κάπνισμα είναι τόσο ζημιογόνο στην Εθνική Οικονομία, ώστε οι επιπτώσεις του ανέρχονται σε 10 τον αριθμό, δηλαδή:

- 1) Απώλεια ζωής πρόωρα.
- 2) Αυξημένη ζωής νοσηρότητα.
- 3) Άδεια λόγω νόσου.
- 4) Φάρμακα.
- 5) Τα ημερομίσθια σε συνδυασμό με μείωση παραγωγικότητας ανέρχονται στις ΗΠΑ σε 60 δισεκατομμύρια δολάρια το χρόνο.
- 6) Πολλές ασφαλιστικές εταιρίες δεν ασφαλίζουν καπνιστές.
- 7) Έξοδα καθαριότητας.
- 8) Σπατάλη διαφημίσεων κάπου 2,5 δισ. το χρόνο παγκοσμίως.
- 9) Εμβόλια για 6 ασθένειες και
- 10) Καταστροφή του περιβάλλοντος από πυρκαγιές.

Οι συνέπειες του καπνίσματος στην υγεία

Το κάπνισμα προκαλεί κάθε χρόνο σ' όλο τον κόσμο 5.000.000 θανάτους! Το 2025 ο αριθμός αυτός θα φτάσει τα 10.000.000. Στις αναπτυσσόμενες χώρες το κάπνισμα αποτελεί την κυριότερη αιτία ασθενειών και πρόωρων θανάτων.

Η (επιβλαβής) διαδικασία του οργανισμού που τίθεται σε λειτουργία είναι η παρακάτω :

Αν υποθέσουμε ότι ο καπνιστής

τραβάει μόνο μία ρουφηξιά από το τσιγάρο του και στη συνέχεια το σβήνει,

ο μηχανισμός που τίθεται σε λειτουργία αμέσως μετά είναι ο εξής: η νικοτίνη που εισπνεύσθηκε μπαίνει στην κυκλοφορία του αίματος και φτάνει παντού συμπεριλαμβανομένου του εγκεφάλου.

Στον εγκέφαλο φτάνει μέσα σε 8 έως 18 δευτερόλεπτα. Εκεί διεγείρει τους νευρώνες και αυτομάτως στέλνονται διάφορα μηνύματα στα όργανα

του καπνιστή: δίνεται η εντολή να εκκριθεί αδρεναλίνη, "ειδοποιείται" η

καρδιά να αρχίσει να χτυπά πιο γρήγορα, τα αγγεία συσπώνται,

απελευθερώνεται γλυκόζη κ.λ.π. Η νικοτίνη σε μικρή ποσότητα διεγείρει, ενώ σε μεγάλη ναρκώνει και προκαλεί το θάνατο.

Η περιεκτικότητα της στο αίμα πέφτει κατά 50% μισή ώρα μετά από μία ρουφηξιά και κατά 75% στα τρία τέταρτα της ώρας. Η δράση των ορμονών που εκκρίθηκαν διαρκεί επίσης περίπου μισή ώρα. Από τη στιγμή που μειώνεται η περιεκτικότητα της νικοτίνης στο αίμα, ο καπνιστής νιώθει την ανάγκη να ανεβάσει εκ νέου τα επίπεδα της, γι' αυτό οι περισσότεροι καπνίζουν περίπου ένα πακέτο την ημέρα - δύο τσιγάρα την ώρα. Στους μανιώδεις καπνιστές η νικοτίνη σωρεύεται στον οργανισμό και "αρκεί" ακόμα και για τις ώρες του ύπνου.

Επειδή πάντως, τα επίπεδα μειώνονται πολύ στη διάρκεια της νύχτας, το πρωινό τσιγάρο προκαλεί πάντα μία έντονη ευχαρίστηση - γεγονός που αποδίδεται στο ότι η νικοτίνη προκαλεί την έκκριση της ντοπαμίνης, μίας ουσίας που μοιάζει με ορμόνη, αλλά είναι νευροδιαβιβαστής.

Η ντοπαμίνη συνδέεται με το αίσθημα της ικανοποίησης και της απόλαυσης του σεξ ή του καλού φαγητού.

Ο οργανισμός μένει σχετικά αδιάφορος, επειδή τα επίπεδα της νικοτίνης δεν προλαβαίνουν να πέσουν στο μηδέν, και έτσι οι νευρώνες δεν διεγείρονται όσο με το πρώτο τσιγάρο. Επιπλέον, με την πάροδο του χρόνου, η νικοτίνη -δυστυχώς- διεγείρει τα εγκεφαλικά κύτταρα, ώστε να δημιουργούν νέους νευρώνες για την υποδοχή της, με αποτέλεσμα, όσο περισσότερο καπνίζει ένα άτομο, τόσο περισσότερα τσιγάρα να ζητά. Οι νέοι νευρώνες "απαιτούν" τη δική τους "δόση" και το αίσθημα "κορεσμού" των εγκεφαλικών νευρώνων από νικοτίνη ικανοποιείται πλέον με όλο και μεγαλύτερο αριθμό τσιγάρων.

Σύμφωνα με τη σχολή Ιατρικής του Πανεπιστημίου του Χιούστον, αυτοί οι επιπλέον νευρώνες που κάνουν τον άνθρωπο να αποζητά όλο και περισσότερη νικοτίνη αρχίζουν να ατροφούν και να εξαφανίζονται περίπου ενάμισι μήνα μετά το κόψιμο του τσιγάρου. Η ανάμνηση, όμως, της ευχαρίστησης που έφερνε κάποτε η νικοτίνη, - προκαλώντας έκκριση ντοπαμίνης - διαρκεί, και έτσι ο πρώην καπνιστής μπορεί ανά πάσα στιγμή να παρεκτραπεί και να ξαναρχίσει το κάπνισμα

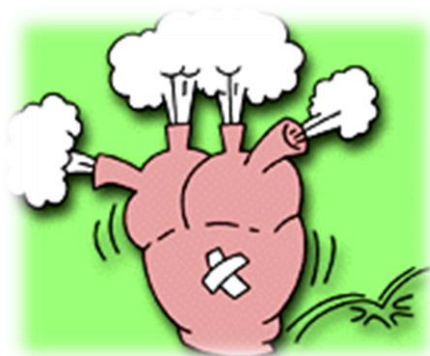
Η «αντιπαράθεση» : νικοτίνης – διοξειδίου του άνθρακα

Πρόκειται για την ίδια δηλητηριώδη ουσία που εκπέμπεται από τα καυσαέρια των αυτοκινήτων. Ενώ η νικοτίνη κάνει την καρδιά να χτυπά πιο γρήγορα, το μονοξείδιο του άνθρακα της στερεί το έχτρα οξυγόνο που της χρειάζεται. Η αναπνοή γίνεται πιο γρήγορη και η θερμοκρασία του σώματος πέφτει κατά ένα - δύο δέκατα. Αυτή η "κόντρα" γίνεται αιτία για πολλές καρδιαγγειακές και αναπνευστικές παθήσεις.

Τι προκαλεί η πίσσα :

Ανάμεσα στις 4.000 ουσίες που περιέχει το τσιγάρο, η πίσσα είναι από τις πλέον βλαβερές. Πρόκειται για ένωση πολλών και καρκινογόνων ουσιών, έχει σκούρο χρώμα και κολλώδη υφή. Επικάθεται στους βλεννογόνους τους στόματος, των πνευμόνων, του στομάχου και του εντέρου, συμβάλλοντας στην

πρόκληση καρκίνου αυτών των περιοχών, αλλά και στην εκδήλωση εμφυσήματος, χρόνιων αναπνευστικών παθήσεων κ.λ.π. Ο οργανισμός εν τω μεταξύ αναλώνει όλα τα αποθέματα βιταμίνης C.



Οι ασθένειες που προκαλούνται, κατηγοριοποιημένες, είναι οι εξής :

Στο στόμα:

Καταστροφή των δοντιών.

Προβλήματα στα ούλα.

Δυσάρεστη αναπνοή, που έχει συνέπειες στις κοινωνικές συναναστροφές.

Καρκίνος της στοματικής κοιλότητας (τοπική εμφάνιση καρκίνου – μια από τις πιο καταστρεπτικές συνέπειες του καπνίσματος-θανατηφόρος περίπου στο 50% των περιπτώσεων ,εμφανίζεται όλο και συχνότερα τα τελευταία χρόνια λόγω του τσιγάρου.)

Καρκίνος του λάρυγγα (τοπική εμφάνιση καρκίνου – μια από τις πιο καταστρεπτικές συνέπειες του καπνίσματος)

Στο αναπνευστικό σύστημα:

Εμφύσημα.

Βήχας, δύσπνοια, αλλοίωση και κόπωση φωνής.

Άσθμα, βρογχίτιδα και άλλες ασθένειες των πνευμόνων.

Καρκίνος του πνεύμονα (Ευθύνεται για το 90% των θανάτων λόγω καρκίνου του πνεύμονα!)

Στο πεπτικό σύστημα:

Καρκίνος στομάχου.

Καρκίνος σε διάφορα άλλα μέρη του πεπτικού συστήματος.

Προβλήματα χώνεψης. Ένα μόνο τσιγάρο μετά το φαγητό καθυστερεί την χώνεψη κατά μία ώρα περίπου.

Καταστροφή θρεπτικών στοιχείων και βιταμινών με αποτέλεσμα την κακή θρέψη του σώματος.

Καρκίνος του οισοφάγου (τοπική εμφάνιση καρκίνου – μια από τις πιο καταστρεπτικές συνέπειες του καπνίσματος)

Στο κυκλοφορικό σύστημα:

Θρόμβοι και στενώσεις αιμοφόρων αγγείων και αρτηριών.

Εγκεφαλικά επεισόδια, από τις πιο συχνές αιτίες θανάτου σήμερα.

Γάγγραινα, εξαιτίας της παρακώλυσης της κυκλοφορίας του αίματος στα πόδια και τα χέρια. Μόνο στην πόλη Βικτόρια της Αυστραλίας μετρήθηκαν 300 ακρωτηριασμοί ανά έτος τα τελευταία 5 χρόνια. Από αυτούς το 75% οφείλονταν στο κάπνισμα.

Στην καρδιά:

Στεφανιαία νόσος, καρδιακή προσβολή και άλλες ασθένειες.
Καρδιακές παθήσεις (άλλη μια από τις πιο επικίνδυνες συνέπειες του καπνίσματος)

Στο δέρμα:

Ο καπνιστής έχει τριπλάσιες πιθανότητες να αναπτύξει κακοήγη καρκίνο του δέρματος από ένα μη καπνιστή. Εκτός από την περιοχή των χειλιών που η καταστροφή του δέρματος είναι εμφανής, όλο το δέρμα του καπνιστή γερνάει με ταχύτερους ρυθμούς από αυτό του μη καπνιστή.

Στα μάτια:

Τύφλωση από διάφορες αρρώστιες όπως καταρράκτης, εκφύλιση ωχράς κηλίδας και άλλες. Σήμερα είναι καταγεγραμμένοι 54.000 Βρετανοί πολίτες που είναι τυφλοί λόγω του καπνίσματος.
Διατάραξη της όρασης (νικοτινική αμβλυωπία – μια από τις πιο επικίνδυνες επιπτώσεις του καπνίσματος στην όρασή σας)

Προβλήματα γονιμότητας και εγκυμοσύνης(που εντάσσονται στο κυκλοφορικό σύστημα)

Οι καπνιστές εμφανίζουν συχνότερα προβλήματα σεξουαλικής ικανότητας. Στους καπνιστές το σπέρμα είναι συχνά αδύναμο, ενώ στις καπνίστριες η σύλληψη μπορεί να είναι δυσκολότερη και έχουν συχνά αποβολές.

Μερικές ακόμα συχνές ασθένειες:

Κατάθλιψη, πόννοι στη μέση, τραύματα σε μύες και συνδέσμους, πληγές που κλείνουν δύσκολα, πρόωρη εμμηνόπαυση, στειρότητα, σεξουαλική ανικανότητα.
Μία από τις λιγότερο γνωστές συνέπειες του καπνίσματος είναι η απώλεια μαλλιών.

Το κάπνισμα βλάπτει κάθε κύτταρο του ανθρώπινου σώματος. Ακόμα και όργανα που δεν έρχονται καθόλου σε επαφή με τον καπνό, παθαίνουν βαριές βλάβες. Παρακάτω αναφέρονται σχετικά παραδείγματα.

Πέρα, όμως, από τα προβλήματα υγείας, το κάπνισμα επιδρά αρνητικά στην εμφάνιση και την παρουσία των καπνιστών, δηλαδή:

«Σακούλες» κάτω από τα μάτια

Οι καπνιστές έχουν 4 φορές περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν τις αντιαισθητικές σακούλες κάτω από τα μάτια, σημάδια δηλαδή που μαρτυρούν ότι το πρόσωπό σας δεν είναι ξεκούραστο. Αυτό οφείλεται κυρίως στη νυχτερινή «απόσυρση» της νικοτίνης, η οποία δεν επιτρέπει στην περιοχή κάτω από τα μάτια να ηρεμήσει.

Κιτρινισμένα δάχτυλα

Η νικοτίνη που περιέχουν τα τσιγάρα «χρωματίζει» τα δάχτυλά σας, αφήνοντάς τα σε μία μόνιμη κιτρινωπή απόχρωση.

Πρόωρη γήρανση και ρυτίδες

Οι ειδικοί συμφωνούν ότι το κάπνισμα εντείνει τη διαδικασία γήρανσης του δέρματος με έναν μέσο όρο 1,4 χρόνια. Η λάμψη και η υγιής όψη του δέρματος χάνονται λόγω του μονοξειδίου του άνθρακα (το οποίο εκτοπίζει το οξυγόνο) και της νικοτίνης (η οποία μειώνει τη ροή του αίματος, αφήνοντας το δέρμα στεγνό και αποχρωματισμένο). Το κάπνισμα μειώνει επίσης πολλά θρεπτικά συστατικά, όπως η βιταμίνη C, η οποία βοηθά στην προστασία και την αποκατάσταση των ζημιών του δέρματος.

Ουλές

Η νικοτίνη προκαλεί αγγειοσυστολή, δηλαδή συρρίκνωση των αιμοφόρων αγγείων, η οποία μπορεί να περιορίσει την πλούσια σε οξυγόνο ροή του αίματος προς τα μικροσκοπικά αιμοφόρα αγγεία στο πρόσωπο ή σε άλλα μέρη του σώματος.

Αυτό σημαίνει ότι μία πληγή θα χρειαστεί περισσότερο χρόνο για να επουλωθεί και τα σημάδια, που θα επιμένουν να είναι εμφανή, θα είναι μεγαλύτερα και πιο κόκκινα από ότι σε έναν μη καπνιστή.

Μαλλιά

Όπως ακριβώς το κάπνισμα επηρεάζει το δέρμα, με την ίδια λογική επηρεάζει και τα μαλλιά σας. Οι ειδικοί πιστεύουν ότι οι τοξικές χημικές ουσίες, που περιέχονται στον καπνό, μπορούν να βλάψουν το DNA στους θύλακες των τριχών και να δημιουργήσουν ελεύθερες ρίζες, οι οποίες καταστρέφουν τα κύτταρα. Αποτέλεσμα αυτού είναι τα μαλλιά να γίνονται πιο αδύναμα και να γκρίζαρον πολύ νωρίτερα από το φυσιολογικό. Μάλιστα σε ότι αφορά τους άντρες, οι πιθανότητες απώλειας των μαλλιών διπλασιάζονται στους καπνιστές.

Κονδυλώματα

Για λόγους, οι οποίοι δεν είναι απολύτως σαφείς, οι καπνιστές είναι πιο επιρρεπείς σε λοιμώξεις από ιούς των ανθρωπίνων θηλωμάτων, μια μεγάλη οικογένεια ιών που μπορεί να προκαλέσει κονδυλώματα, συμπεριλαμβανομένων και των γεννητικών κονδυλωμάτων. Ενώ τα κονδυλώματα των γεννητικών οργάνων προκαλούνται από σεξουαλικά μεταδιδόμενα τύπους του ιού HPV, το κάπνισμα είναι επίσης ένας παράγοντας κινδύνου.

Πλαδαρή κοιλιά

Το κάπνισμα πολλές φορές είναι υποκατάστατο της όρεξης και συχνά οι καπνιστές έχουν λιγότερο βάρος από τους μη καπνιστές. Ωστόσο, ολλανδοί ερευνητές ισχυρίζονται ότι οι καπνιστές έχουν περισσότερο εντοσθιακό λίπος από τους μη καπνιστές. Αυτά τα βαθιά στρώματα λίπους στα εσωτερικά όργανα μπορούν να συσσωρευτούν, αυξάνοντας τελικά τον κίνδυνο άλλων ασθενειών, όπως ο διαβήτης.

Ραγάδες

Η νικοτίνη που περιέχουν τα τσιγάρα καταστρέφει τις ίνες και τον συνδετικό ιστό του δέρματος, με αποτέλεσμα να χάνει την ελαστικότητα και την αντοχή του. Οι ραγάδες, τα ελαφρώς κόκκινα δηλαδή σημάδια που εμφανίζονται στο δέρμα όταν χάνετε ή παίρνετε απότομα βάρος, αυξάνουν σημαντικά το ποσοστό εμφάνισής τους εάν είστε καπνιστές.

Καρκίνος του δέρματος

Το κάπνισμα είναι η πρωταρχική αιτία για τον καρκίνο του δέρματος, αλλά και άλλες μορφές καρκίνου όπως είναι των πνευμόνων, του στόματος, του οισοφάγου κλπ. Μάλιστα σε παλαιότερη έρευνα είχε διαπιστωθεί ότι οι καπνιστές έχουν τριπλάσιες πιθανότητες να αναπτύξουν πλακώδες καρκίνωμα, τη δεύτερη δηλαδή πιο κοινή μορφή καρκίνου του δέρματος.

Ψωρίαση

Αν και η ψωρίαση είναι ένα αυτοάνοσο νόσημα, που σχετίζεται με το δέρμα και αφορά ακόμα και σε μη καπνιστές, η αλήθεια είναι ότι σε περίπτωση που είστε καπνιστές το πρόβλημα εντείνεται.

Καταρράκτης

Το κάπνισμα μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο εμφάνισης καταρράκτη καθώς μεταφέρει το οξειδωτικό στρες στο φακό του ματιού. Συγκεκριμένα, εάν συνεχίζετε να καπνίζετε, έχετε 22% περισσότερες πιθανότητες να παρουσιάσετε καταρράκτη.

Λεκιασμένα δόντια

Οι λεκέδες στα δόντια είναι μια ακόμα αντιαισθητική συνέπεια του καπνίσματος, η οποία οφείλεται στη νικοτίνη. Ωστόσο αυτό είναι ππαίσμα μπροστά στην πιθανότητα απώλειας των δοντιών. Οι καπνιστές διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αποχωριστούν την οδοντοστοιχία τους εξαιτίας στοματικών ασθενειών, όπως είναι ο καρκίνος του στόματος και η ουλίτιδα. Σε βρετανική έρευνα μάλιστα, που διεξήγαγε το «Journal of Clinical Periodontology» αποδείχτηκε ότι οι καπνιστές έχουν 6 φορές

περισσότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν ουλίτιδα και στοματικές ασθένειες, που ενδέχεται να οδηγήσουν και σε απώλεια των δοντιών.



Γενικότερα οι ασθένειες που συνδέονται με τον καπνό εμφανίζονται τόσο πιο νωρίς όσο πιο νέος αρχίζει κάποιος το κάπνισμα.

Ο ανθρώπινος οργανισμός είναι προικισμένος με όλους εκείνους τους αντιδραστικούς προστατευτικούς μηχανισμούς, που τον κάνουν ικανό να επιβιώνει κάτω από τις δυσμενέστερες συνθήκες. Δεν είναι φρόνιμο όμως να εξαντλούμε όλα τα αποθέματα που διαθέτουμε.

Οι γνώσεις για τις επιπτώσεις που προκαλεί το τσιγάρο στην υγεία σας είναι πολύτιμες και καθοριστικές για την απόφαση να περάσετε στον κόσμο των μη καπνιστών.

Πηγές

A)<http://arazw.wikispaces.com>

B)<http://www.anew.gr/dreams/article.php?aid=65>

Γ)<http://www.clickatlife.gr/euzoia/story/11781>

Δ)<http://lyk-peir-ionid.att.sch.gr/kapnisma/kapnisma.pdf>

Ε) <http://www.iefimerida.gr/news>

ΣΤ)http://www.seleo.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=114029:posa-xronia-zois-kobei-to-kapnisma.

Ζ)<http://www.imdleio.gr/diaf/files/health/04/cig-cut.pdf>

Η)<http://www.onmed.gr/omorfia/311434/deite-ti-mporeite-na-pathete-ean-den-echete-eparkes-kollagono/>

Θ)<http://antikleidi.com/smoking/smoking-skin-older/>