



骇人听闻的“烟害”

[吉林] 德英

世界卫生组织把每年的5月31日定为“世界无烟日”，旨在唤起人们的觉悟和觉醒，远离烟草，提高健康水平。虽然“吸烟有害健康”已经成为人们的共识，但却有许多人难以戒除，甚至吸烟成瘾，更有不少人相继加盟，令人不可思议。那么，吸烟的危害到底有多大呢？

吸烟被世界卫生组织称为影响人类健康的瘟疫。目前就已经发现有癌症、心脑血管病等数十种疾病与烟草有关。据统计，每2名始于青少年时代的终身吸烟者中，就有1名将最终死于烟草相关的疾病。全世界每年有350万人，相当于每天近1万人死于与烟草有关的疾病。在这些死亡人中有100万人发生在发展中国家。世界卫生组织的一项研究警告，在未来20年间，全世界死于与吸烟有关的疾病的人数可能会翻两番，超过1000万人。烟草将会成为致死和致伤的头号元凶，它在全球导致的死亡数将超过艾滋病、结核、难产、车祸、自杀、凶杀等所导致死亡人数的总和。目前，在全世界的11亿吸烟者当中，我国就有3亿之众，并有4亿多的被动吸烟者，据专家预计，到2025年，我国每年就要有200万人过早地死于因吸烟引起的疾病，而现在20岁以下的青少年将有5000万人过早地死于吸烟引起的疾病。

吸烟不但有害健康，同时也给经济造成重大的损失。世界银行的一项名为“烟草病的危险会增加1.5倍，每天吸烟超过一包者，患子宫颈癌的危险性会增加2倍以上，如果生殖器官感染了乳头状瘤病毒，女烟民患子宫颈癌的危险性会增加12倍。

不孕症 吸烟对男女两性的生殖功能均有不同程度的损害。烟草中毒影响女性生育功能的表现在于，它除了影响卵子的质量之外，还会妨碍精子与卵子的结合，使两者结合为受精卵的机会减少1/3，从而导致不孕症的发生。

宫外孕 法国全国保健和医学研究所的一个研究小组对宫外孕的原因研究发现，造成宫外孕的首位原因是性病，第二位原因就是吸烟。每5例宫外孕中就有1例是因烟草中毒引起的。

流产 如果一位吸烟的年轻女性怀孕后无明显可查的原因而发生流产，那么很可能就是由于吸烟引起的。伦敦皇家医学会的一份研究报告指出，当孕妇是一位烟民时，她流产的可能性会增加1/3。

早产 吸烟的女性怀孕后如果幸免流产，那么仍有发生早产的可能。研究发现，孕妇吸烟可使婴儿早产的概率增加1倍。

草的经济耗费与投资效益”的研究估计，与吸烟相关疾病的卫生保健费用，导致全球每年损失2000亿美元，其中有50%在发展中国家。我国是一个烟草大国，烟民众多，1989年，我国直接用于治疗吸烟致病的费用为69亿元，吸烟引起的劳动力损失26亿元，吸烟引起的早逝损失100亿元。1992年，我国用于因吸烟造成的各种损失已达409亿元，超过了当年国家的烟草税收。近几年的经济损失仍然是居高不下。

“烟害”骇人听闻，反对吸烟的呼声日益增高。1988年起，国家爱卫会和卫生部在第一个“世界无烟日”举行大规模的反吸烟宣传，这几年，许多城市和单位也制定了一些反吸烟的措施，但收效却不尽如人意。要想在我国对吸烟这一陋习得到有效的控制，并逐步减少，还需要国人的进一步觉悟，和全社会的共同努力。

胎儿发育障碍 吸烟的孕妇其体内胎儿的发育深受吸烟影响，主要表现为生长缓慢，出生时婴儿体重比其他婴儿平均轻222克；发育障碍，因烟草对胎儿的神经系统会造成损害，导致胎儿出生后智力低下，眼睛斜视。

加速衰老 吸烟可以加速衰老，这种影响对女性尤其明显，突出表现为促使面部产生皱纹，导致红颜早逝。

更年期反应加重 吸烟可以导致女性更年期提前，研究发现，吸烟女性的更年期比不吸烟的女性来得早，这种差距平均为18个月到2年，并且吸烟女性更年期的各种症状要比不吸烟者明显得多。

骨质疏松 研究发现，烟草中毒可使女性更易患骨质疏松，这种损害，吸烟女性从青春期即可发生，更年期发生的可能性更大，且损害更严重。

心脏病 如果女性在整个育龄期内都不吸烟，那么她患心血管疾病的危险性比男性小得多，这是因为女性体内的激素可以起到保护作用；如果女性从年轻时开始吸烟，那么她的这种生理优势就会丧失，吸烟会使女性患心脏病的危险增加。

烟害更钟情女性



[盐城] 许文巧

吸烟损害身体健康已成为人所共知的事实，而女性吸烟除了遭受同男性一样的身体危害以外，还会引起许多其他特殊的危害，主要表现如下。

子宫颈癌 吸烟可引起肺癌、膀胱癌，这对男性和女性的危害是同样的。女性吸烟可增加患子宫颈癌的危险性。据研究，每天吸烟在一包之内的女性，患子宫



· 健康箴言 · 吃饭就睡觉，犹如吃毒药。