

DOI:10.16281/j.cnki.jocml.2017.47.148

吸烟对青少年健康的危害

缪维芳

(苏州大学医学部公共卫生学院, 苏州卫生职业技术学院, 江苏 苏州 215009)

【摘要】烟草危害是当今世界公认的最严重的公共卫生问题之一,我国青少年吸烟问题情况不容乐观。吸烟对青少年的危害十分严重,对心血管系统等各方面都有影响。加强教育,减少青少年吸烟,保证他们的健康成长。

【关键词】吸烟;健康;青少年;危害

【中图分类号】R363

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN.2095-8242.2017.47.9306.01

烟草危害是当今世界公认的最严重的公共卫生问题之一,WHO称其为“20世纪的瘟疫,慢性自杀行为”,是21世纪面临的两大公害之一,吸烟或被动吸烟与90%的肺癌、75%的肺气肿和25%的冠心病有关。

我国是世界上最大的烟草受害国,卷烟的产量和消费量约占全球40%,2015中国成人烟草调查报告显示我国人群吸烟率为27.7%。其中男性吸烟率为52.1%,女性为2.7%,全国吸烟人数在3亿以上,约占全世界吸烟总人数的1/3。另外还有7.4亿的非吸烟者正遭受着二手烟的危害,这7.4亿中有1.8亿为儿童,每年我国约有140万人死于与烟草相关的各种疾病。

国家卫计委和中国疾病预防控制中心发布的《2014中国青少年烟草调查报告》显示,我国在籍初中生吸烟率超过6%,其中男生的比例约为10.6%,女生所占的比例约为1.8%。这些数字提醒我们,每100个初中学生中,就有6个是吸烟者。同时,需要重视的是,现在吸烟的这些初中学生中,有超过3成已存在烟草依赖。在这样的形式之下,日益扩大的青少年吸烟群体成为整个社会中愈来愈严重和值得关注的问题。有调查显示,我国80%以上的吸烟者的初始吸烟时期在初中和高中阶段,也就是青少年时期。

青少年时期是由童年向成年的过渡阶段,这个时期的生长发育速度很快,身体各组织器官从稚嫩走向成熟,功能也日趋完善,但各组织器官的功能都不太稳定,易受外界因素的干扰和影响。

目前已知烟草及其烟雾中含有的化学成份多且杂,高达7000多种,包括许多有害物质,其中甚至有很多一级致癌物。香烟烟雾中的有害成分主要有烟碱(尼古丁),烟焦油,一氧化碳,胺类、酚类等刺激性化合物,放射性物质,砷、汞等多种重金属元素。这些物质对机体都有很强的刺激作用,相较于对成年人的影响,对青少年的身体健康的危害更大。现将吸烟对青少年健康的危害简述如下。

1 对呼吸系统的影响

香烟烟雾中醛类、氮氧化物、烯烃类会对呼吸道粘膜产生刺激,损伤呼吸道黏膜,导致支气管黏膜上皮(假复层纤毛柱状上皮)纤毛退化萎缩,杯状细胞增生而引起分泌物增加,终致黏液排出障碍^[1],此外,吸烟还能影响肺泡巨噬细胞的吞噬能力,影响了呼吸道的清除能力,这些都导致细菌等微生物易于进入并引发呼吸系统疾病,目前认为,吸烟是慢性支气管炎、肺气肿和慢性气道阻塞的主要诱因之一。

2 对心血管系统的影响

随烟草吸入体内的尼古丁,可与吸烟者体内的烟碱型受体结合并使激活该受体,呈现出肾上腺髓质兴奋效应,之后引发肾上腺素分泌增加,最终导致血压升高,心血管

负荷增加。烟雾中的一氧化碳和红细胞结合后,使红细胞丧失携氧能力,导致血液中的氧气减少,心肌细胞获氧量减少,最终增加心脏冠状动脉粥样硬化病和心肌梗塞的发病率^[1]。最近研究也表明,尼古丁可引起大鼠心肌细胞凋亡^[2]。尼古丁所诱导的心肌细胞凋亡可能是吸烟人群发生心房结构重塑并进而引发心衰的重要原因之一。

3 对生殖系统的影响

男性睾丸代谢功能旺盛,对香烟烟雾中含有的尼古丁等多种有害物质非常敏感,易受影响。长期吸烟的男性吸烟者,烟雾中的有害物质能损害男性生殖细胞而影响生育。如吸烟可改变男性附睾的生化条件而使精子成熟障碍,改变男性性激素的分泌平衡,吸烟引起的阴茎局部血流动力学改变,可能是引发勃起功能障碍的主要原因等^[3]。对于女性,吸烟能导致妇女卵巢功能下降,生育能力降低,还能导致妇女的卵巢贮量下降和卵巢反应下降^[4]。

4 吸烟与癌症

烟雾中的“苯并芘”等是一级致癌物,吸烟是导致人类发生肺癌的首要危险因素,其主要导致鳞状细胞癌和腺癌。统计研究发现,吸烟妇女罹患乳腺癌的发病率比不吸烟者高30%,初始吸烟年龄和烟龄与女性乳腺癌发病率也有关联,年龄越小、烟龄越长,乳腺癌的发病率也越高。此外,吸烟还能导致口腔癌和咽喉癌,还会导致膀胱癌、子宫癌、胰腺癌等一系列癌症^[5]。

吸烟对健康的危害很大,对青少年健康的危害更大,但“吸烟”是目前公认的可预防的发病和死亡因素。有调查显示,初始吸烟的高峰期在初中和高中阶段,这个时期的青少年处于人生发展的叛逆期,极易受各种影响而吸烟。并且有研究发现,初始吸烟的年龄越小,未来戒烟的可能性越小。

参考文献

- [1] 张开镛.吸烟对健康的危害[J].中国药物依赖性杂志,2001,10(3):171-172.
- [2] 周祥.高糖与尼古丁对大鼠心肌细胞凋亡的影响及机制研究[D].南京医科大学,2010,5,45.
- [3] 邹珍,杨晨,艾庆燕.吸烟对男性生殖的毒性影响[J].延安大学学报:医学科学版,2014,12(3):44-46.
- [4] 宋良萍,陈碧香,冯玲.吸烟对生殖健康的危害[J].中国妇幼健康研究,2003,14(6):331-332.
- [5] 李基文.吸烟对健康危害的研究进展[J].职业卫生与应急救援,2005,23(1):29-32.
- [6] 芮光来.某医学院大学生吸烟行为现状调查[J].中国学校卫生,2002,23(3):237-238.

本文编辑:王琦