

## דף מושגים – נזקי העישון

**התהליך ההיסטורי:** מאז גילוי הטבק (1492) ועד הפצתו המסחרית (1881), התחוללה גדילה משמעותית בשיעור המעשנים

ברחבי העולם. הירידה בכמות המעשנים, החלה רק לאחר ההבנה כי העישון פוגע בבריאות (1952), ומאז המגמה הולכת ומתפשטת ברחבי העולם. פחות ופחות מעשנים. יותר חוקים המגינים על המעשנים הפאסיביים.

**עטרן - זפת – אספלט:** החומר המסרטן העיקרי בסיגריות, שמעבר לקרצינוגניות, הוא גורם לאובדן אלסטיות ברקמת הריאה ואחראי למחלות ריאה חסימתיות כרוניות קשות ביותר.

**ניקוטין רעל פסיכואקטיבי:** החומר הממכר העיקרי בסיגריות, פועל ברמת הסינפסות. המכור הופך להיות "שבוי" ואיננו יכול לחדול מלצרוך את החומר שאלי התמכר... מעבר להתמכרות הגופנית, מתפתחת עם הזמן גם התמכרות נפשית.

**פחמן חד חמצני – CO:** גז חסר צבע וריח המפחית את אספקת החמצן לרקמות, בכך שהוא 'תופס' את מקומו של החמצן על גבי כדוריות הדם האדומות. כתוצאה מנוכחות גז זה: הכושר הגופני של המעשן נפגע, הוא מתעייף בקלות ומתקשה במאמץ.

**תופעות ומחלות הקשורות ישירות לנזקי העישון:** ריח רע מהפה, הצהבת שניניים ונשירת שיניים בגיל צעיר, שיעול כרוני, עור פנים קמוט בגיל צעיר, עיוורון, התקף לב, שבץ מוחי, סרטן הלשון והלוע, סרטן הריאות, אמפיזמה, אימפוטנציה ועוד..

**עישון והריון:** נמצא קשר בין עישון האם בהריון ואי ספיקת השליה, מה שגורר להתפתחות לא מיטבית של העובר, שכיחות גבוהה של לידת פגים.

