
Skutki palenia tytoniu i e-papierosów

SPOMS, 7B



Wprowadzenie



Ta prezentacja zagłębia się w szkodliwe skutki zdrowotne związane z paleniem i używaniem papierosów elektronicznych.

Omówimy kluczowe tematy, w tym problemy z oddychaniem, choroby układu krążenia i analizę porównawczą tradycyjnego palenia i papierosów elektronicznych.

Palenie tytoniu i e-papierosów to globalny problem zdrowotny.

Oba nałogi prowadzą do poważnych konsekwencji zdrowotnych, zarówno dla użytkowników, jak i osób w ich otoczeniu.

01

Skutki palenia tytoniu

- Palenie jest główną przyczyną różnych problemów z oddychaniem.
- Uszkadza funkcję płuc i zwiększa ryzyko przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (POChP), rozedmy płuc i przewlekłego zapalenia oskrzeli.
- Wdychanie dymu powoduje gromadzenie się smoły i innych szkodliwych substancji w płucach, co z czasem prowadzi do stanów zapalnych i uszkodzeń.
- E-papierosy, chociaż reklamowane jako bezpieczniejsza alternatywa, mogą również wprowadzać substancje drażniące drogi oddechowe i powodować podobne problemy.

Problemy z oddychaniem

- Palenie znacznie zwiększa ryzyko chorób układu krążenia, w tym zawałów serca i udarów.
- Przyczynia się do gromadzenia się blaszek miażdżycowych w tętnicach, powodując miażdżycę, a także prowadzi do zwiększonego tętna i ciśnienia krwi.
- E-papierosy również stanowią zagrożenie, a badania sugerują, że mogą one również niekorzystnie wpływać na zdrowie układu krążenia, chociaż długoterminowe skutki są nadal badane.

Choroby układu krążenia

Ryzyko zachorowania na raka



- Palenie jest głównym czynnikiem ryzyka różnych nowotworów, szczególnie raka płuc, który jest główną przyczyną zgonów z powodu nowotworów na świecie.
- Substancje rakotwórcze w dymie tytoniowym, w tym smoła i formaldehyd, przyczyniają się znacząco do uszkodzeń DNA w komórkach, co prowadzi do mutacji i ostatecznie do raka.
- E-papierosy, chociaż często postrzegane jako bezpieczniejsze, nadal mogą dostarczać szkodliwe substancje, które mogą zwiększać ryzyko zachorowania na raka.

02

E-papierosy kontra palenie tytoniu

- Tradycyjne papierosy zawierają ponad 4 tysięcy toksycznych substancji chemicznych, w tym nikotynę, arsen i benzen, które są szkodliwe zarówno dla palaczy, jak i osób narażonych na bierne palenie.
- E-papierosy zawierają mniej substancji chemicznych, ale nadal mają znaczne ilości nikotyny i innych potencjalnie szkodliwych substancji, takich jak środki aromatyzujące, które mogą być toksyczne po wdychaniu.

Skład chemiczny

- Nikotyna jest główną substancją uzależniającą w papierosach i e-papierosach. Podczas gdy obie formy nikotyny mogą prowadzić do uzależnienia, e-papierosy często dostarczają nikotynę w różnych stężeniach, co może zwiększać potencjał uzależnienia u użytkowników.
- Ponadto postrzeganie e-papierosów jako bezpieczniejszej alternatywy może prowadzić do częstszego używania i większego prawdopodobieństwa rozwoju uzależnienia w porównaniu z tradycyjnymi papierosami.

**Potencjał
uzależniający**

Efekty długoterminowe



Układ oddechowy:

- Zwężenie dróg oddechowych.
- Możliwość wystąpienia ostrego uszkodzenia płuc.

Układ sercowo-naczyniowy:

- Wzrost ciśnienia krwi.
- Przyspieszone bicie serca

Inne skutki:

- Uszkodzenia mózgu, płuc i okrzężnicy
- Ryzyko ataków serca zwiększone o 60%

Porównanie skutków palenia papierosów i e-papierosów

Czynnik	Papierosy tradycyjne	E-papierosy
Substancje rakotwórcze	Obecne w dużych ilościach	Mniej niż w papierosach
Ryzyko nowotworów	Bardzo wysokie	Niższe niż przy papierosach
Uszkodzenia płuc	POCHP, rak płuc	Bardzo duże, zwężenie dróg oddechowych
Układ sercowo-naczyniowy	Miażdżyca, zawały	Nadciśnienie

- E-papierosy są szczególnie popularne wśród nastolatków.
- Uzależnienie od nikotyny może prowadzić do problemów z koncentracją i pamięcią.
- Przypadki ostrego uszkodzenia płuc u młodych użytkowników e-papierosów.

**Wpływ na
młodzież**

- Leczenie chorób związanych z paleniem obciąża państwowy system ochrony zdrowia.
- Straty ekonomiczne wynikające z wydawania pieniędzy.



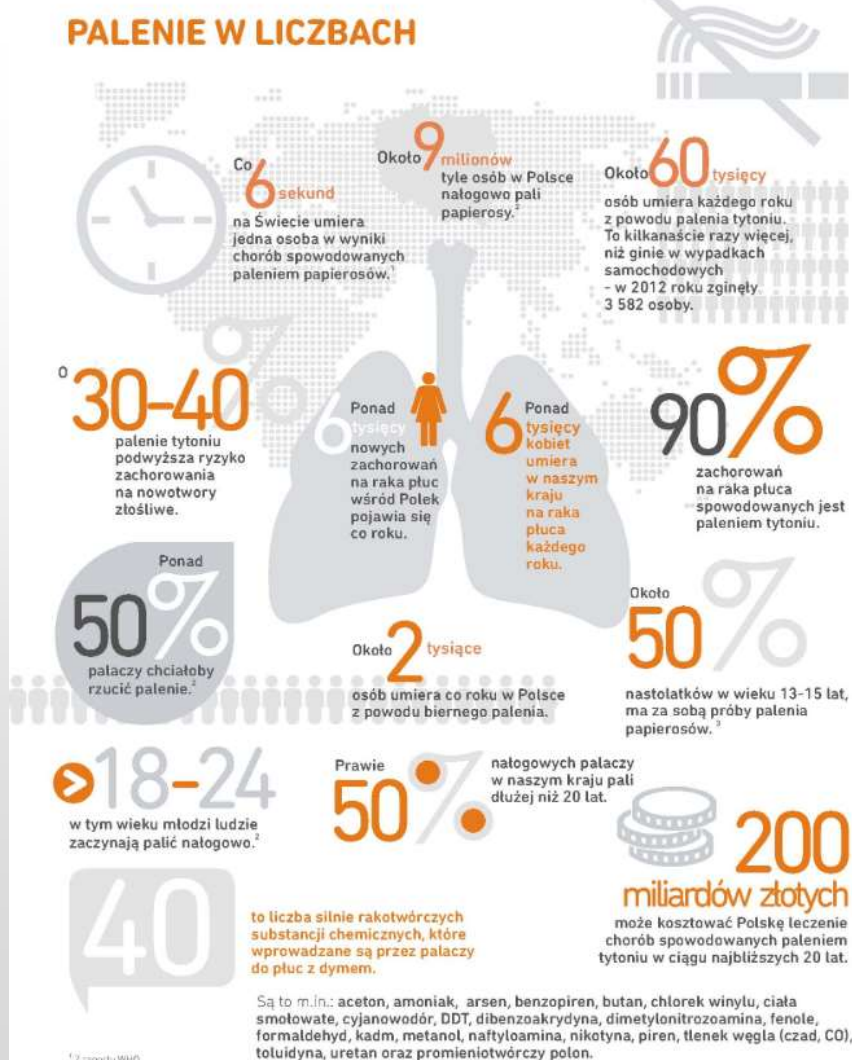
Dostępne metody:

- ✓ Terapia nikotynowa.
- ✓ Leki wspomagające rzucenie palenia.
- ✓ Wsparcie psychologiczne.

**Koszty
zdrowotne
i społeczne**

**Jak rzucić
palenie?**

PALENIE W LICZBACH



Podsumowanie

- Zarówno papierosy tradycyjne, jak i e-papierosy są **SZKODLIWE** dla zdrowia.
- Najlepszym rozwiązaniem jest całkowite **UNIKANIE** tych produktów.

Źródło

- <https://archiwum.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/uzaleznienia/tyton/>
- <https://planujedlugiezycie.pl/aktualnosci/wypaleni-nastolatkow-jakie-moga-byc-konsekwencje-stosowania-e-papierosow/>
- <https://www.termia.pl/mz/Smiertelnie-niebezpieczne-e-papierosy,55965.html>
- <https://www.gov.pl/web/psse-szczecin/jak-e-papierosy-wplywaja-na-zdrowie2>
- <https://mojezdrowie24.pl/strona-glowna/blog/palenie-tytoniu-jak-negatywnie-wplywa-na-nasze-zdrowie>
- <https://www.alab.pl/centrum-wiedzy/palenie-papierosow-negatywne-skutki-i-wplyw-na-zdrowie-paleni-tytoniu/>
- <https://stronazdrowia.pl/szkodliwosc-epapierosow-najnowsze-badania-wskazuja-ze-vaping-jest-niekorzystny-czy-jednak-elektroniczne-papierosy-powoduja-raka/ar/c14-17276785>