Presentazione

Quando vengono aspirate, le sostanze velenose del getto principale del fumo attraverso i polmoni arrivano nel sangue e da lì in ogni organo. Perciò il fumo di tabacco lascia le sue tracce in tutto il corpo, dalla bocca a polmoni e cuore fino agli organi di secrezione.

Gli occhi con danni alla retina, al cristallino e possibilità di comparsa di glaucoma, cataratta, maculopatia

I denti e le gengive con parodontite,  piorrea e alito cattivo

Le ossa con Osteoporosi e menopausa precoce

La Disfunzione erettile negli uomini  e la carenza di desiderio nelle donne

Il cuoio capelluto che può determinare una calvizia precoce

L’Invecchiamento precoce della pelle in generale e del viso in particolare, la stessa diventa giallastra, anelastica, rugosa, con spesso comparsa di acne

Tumori, alla vescica e alle vie urinarie

Se dopo 20 o 30 anni che si fuma, si ha la fortuna di non essere incappati in una di queste malattie, smettere è sempre consigliabile, poichè le alterazioni del fumo sono reversibili  e in un periodo che va da 1 a 5-6 anni

Occhi

E' risaputo che il fumo, sia attivo che passivo, crei dei problemi di salute,

che colpiscono soprattutto il sistema cardiovascolare e quello respiratorio.

Ci sono poche prove, invece, sugli effetti

del fumo di tabacco a carico degli occhi.

 Il ridotto flusso sanguigno indotto dal fumo può favorire la formazione

di coaguli all'interno dei capillari degli occhi,

riducendo l'apporto di ossigeno e di altri oligoelementi

che sono essenziali per la salute degli occhi.

I radicali liberi che si producono per effetto del fumo, inoltre

possono alterare la funzionalità delle cellule

che compongono i tessuti oculari.

Per i fumatori è dimostrato un aumento del rischio di sviluppare

cataratta precoce ed altre gravi malattie

come la degenerazione maculare,la retinopatia diabetica

il glaucoma, l'oftalmopatia di Graves e la neurite ottica.

OSSA

Uno studio del 2006 su un gruppo di donne in postmenopausa, dopo un anno senza fumo,

dimostra di aver migliorato la loro densità ossea rispetto a chi ha continuato a fumare.

Tra le cause imputate al fumo c’è quello di aumentare i livelli di cortisolo, un ormone che porta alla distruzione delle ossa.

Il fumo ostacola inoltre l’ormone calcitonina,

che aiuta a costruire le ossa, impedendogli di eseguire il suo lavoro.

Si sa che chi fuma tende a bere più alcol, mangia meno di chi non fuma e presenta una densità ossea minore rispetto a chi non fuma, inoltre le donne che fumano, tendono ad entrare prima in menopausa rispetto a chi non fuma.

DENTI

E’ ormai risaputo che il fumo da sigaretta

è tra le principali cause di tumore e infarto. Spesso però non consideriamo

le conseguenze che questa cattiva abitudine ha sulla salute del cavo orale,

tra cui danni ai tessuti orali e periorali,denti e gengive.

Per non parlare delle ricadute, spesso pesanti,

sulla sfera personale e sociale del fumatore.

Le oltre 4.000 sostanze nocive contenute nel tabacco provocano:

placca batterica-accumulo di tartaro- carie- parodontite.

Da non trascurare, infine, che oltre l’80% circa di tutti

i tumori maligni della bocca

(labbra, guance, lingua, gola, gengive, etc.)

è attribuibile all’uso di tabacco.

E il rischio di sviluppare una di queste forme tumorali aumenta

con l’assunzione congiunta di tabacco e alcool.

DISFUNZIONE ERETTILE

a) il fumo può ridurre la fertilità, ma nell'uomo, oltre che alterare la produzione di spermatozoi, può anche compromettere i meccanismi responsabili dell'erezione, e quindi portare alla disfunzione erettile.

b) Degli studi epidemiologici hanno evidenziato un'incidenza di questo disturbo più alta nei fumatori abituali e negli ex fumatori abituali che nei non fumatori. E, seppure in misura minore, a rischio di sviluppare una disfunzione erettile sarebbero anche i non fumatori costantemente esposti a fumo passivo. Una serie di recenti studi epidemiologici condotti da diversi studi hanno evidenziato che l’abitudine al fumo è associata alla disfunzione erettile negli uomini di età massima 50 anni che non hanno ancora segni clinici di malattie cardiovascolari e presentano in misura minore altri fattori di rischio.

Secondo lo studio australiano, inoltre, in questo stesso gruppo di giovani adulti la disfunzione erettile è ancora passibile di un sensibile miglioramento con la cessazione del fumo.

In più, gli effetti sull’erezione sono dose-dipendente, vale a dire tanto è maggiore il consumo giornaliero di sigarette e la durata in anni dell'abitudine al fumo quanto più grave è la disfunzione.

A determinare l'erezione, infatti, è essenzialmente un cospicuo e rapido aumento dell'afflusso di sangue all'interno delle arterie che costituiscono le principali strutture anatomiche del pene (corpi cavernosi e corpo spugnoso).

Tale afflusso è consentito dal rilasciamento delle cellule muscolari che circondano i vasi sanguigni, indotto dagli stimoli nervosi che accompagnano l'eccitazione sessuale.

Una volta raggiunto il livello massimo, il rigonfiamento delle strutture arteriose provoca poi una compressione sulle vene dell'organo, che impedisce al sangue di defluire, garantendo così il protrarsi dell'erezione fino al completamento del coito.

CUOIO CAPELLUTO

Uno studio del Far Eastern Memorial Hospital di Taipei ha infatti rivelato che, oltre a essere responsabile dei noti danni alla salute può causare una precoce caduta dei capelli, in particolar modo nell'uomo. La microcircolazione sanguigna dei follicoli piliferi sia molto importante per la salute dei capelli è dimostrato. I massaggi per rinforzare i capelli, favoriscono l’afflusso e l’ossigenazione del sangue. Anche il dolore al cuoio capelluto, che è uno dei sintomi della caduta dei capelli in atto o imminente.

INVECCHIAMENTO EPIDERMIDE

Il fumo in particolare sembra colpire soprattutto la parte inferiore del viso, ovvero l’area intorno al naso e alla bocca. Anche la luminosità dello sguardo viene meno, e lascia spazio a gonfiore delle palpebre superiori e quello delle borse sotto gli occhi. Quindi l’assunzione di nicotina danneggia anche l’aspetto estetico di chi fuma.

Il fumo fa invecchiare la pelle sottraendole nutrimento a causa dell’azione vasocostrittrice della nicotina.

Ad aggravare la situazione si pensa ad oltre quattromila composti chimici tossici derivanti dalla combustione del tabacco, molto lesivi per le fibre collagene e l’elastina presenti negli strati della cute.E in più seppur lieve, ma non trascurabile, aumento di temperatura in prossimità delle labbra. Il risultato è il seguente: la pelle si impoverisce, si disidrata e raggrinzisce.

TUMORE ALLA VESCICA

Il fumo passivo può essere responsabile del tumore alla vescica con un’incidenza pari al 65%

Sintomatologia:

presenza di sangue nelle urine (ematuria);

irritazione vescicale: bruciore durante la emissione di urina

dolore nella zona pelvica o dolore persistente a un fianco;

difficoltà a urinare anche in presenza dello stimolo a urinare (tenesmo vescicale).