

عوارض قلبی و عروقی دفانیات

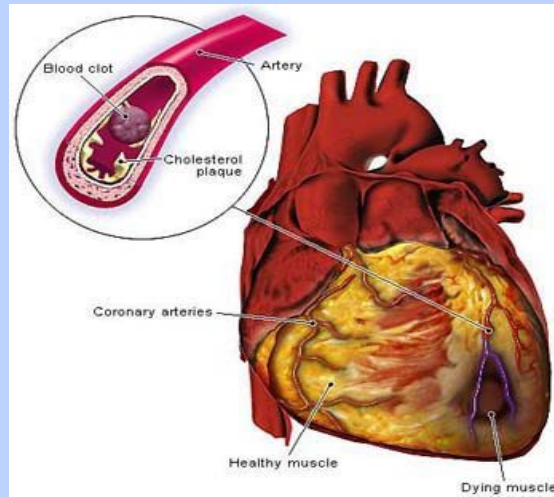
سیگار کشیدن یک عامل خطر مهم برای ایجاد بیماری های قلبی عروقی است. در حقیقت در زندگی امروز ضرر مصرف دخانیات به اندازه فشار خون بالا و چربی خون بالا می باشد و به همان اندازه تهدید کننده سلامتی است. امروزه از هر سه مورد مرگ و میر در جهان، یک مورد به علت عارضه ی قلبی است. سیگار، اصلی ترین عامل ایجاد کننده ی این بیماری است. خطر حمله ی قلبی در افراد سیگاری زیر ۴۰ سال، ۵ برابر افراد غیرسیگاری است. این واقعیت از آن جا مورد اهمیت قرار می گیرد که افراد جوان سیگاری، هرگز خود را در این سنین، مستحق بیماری قلبی و مرگ ناگهانی نمی دانند. بنابراین، ترک را به میان سالی و پیری که سن شیوع این بیماری هاست، موکول می کنند ولی متأسفانه موارد زیادی از مرگ ناگهانی، ایست قلبی در خواب و بیداری در افراد جوان سیگاری، بدون هیچ بیماری یا مشکل زمینه ای، دیده شده است.

سیگار با تنگ کردن رگ های داخلی بدن، سبب می شود قلب بیش تر تلاش کند تا بتواند با فشار بیش تری، خون را در رگ های تنگ به جریان اندازد که باعث فشار دوچندان به قلب و عوارض حاصل از آن می گردد. سرطان قلب و عروق، از سرطان های رایج در افراد سیگاری می باشد.

نقش سیگار در ایجاد بیماری های قلبی

عضله قلب تنها زمانی سالم باقی می ماند که یک جریان خون کافی توسط شریان های کرونر به آن برسد. در طی سال های زندگی، به منزله بخشی از فرآیند طبیعی پیری، دیواره عروق به تدریج تنگ می شوند. در سیگاری ها این فرآیند بسیار سریعتر از افراد طبیعی پیشروی می کند و افراد سیگاری در سنین پایین تری دچار تصلب شرایین یا آترواسکلروز می شوند. بررسی ها نشان داده است در هنگام سیگار کشیدن ضربان قلب ۱۰ تا ۲۰ ضربه در دقیقه و فشار خون ۵ تا ۱۰ میلی متر جیوه افزایش می یابد که علت آن منقبض شدن عروق خونی است. افزایش ضربان قلب و افزایش فشار خون سبب بالا رفتن میزان کار قلب می شوند.

دود سیگار همچنین دارای مونواکسیدکربن است که در خون جای اکسیژن را می گیرد و باعث کمبود اکسیژن در قلب و سایر ارگان ها می شود. این اثرات در دراز مدت ضایعات شدیدی در قلب و سیستم عروقی به جا می گذارد. به طور کلی از هر ۴ مرگی که بر اثر تنگی عروق کرونر رخ می دهد، یک مورد به علت مصرف دخانیات است. ایجاد لخته در عروق کرونر علت شایع مرگ در مردان و زنان بین سنین ۳۵ تا ۶۴ سال است. استعمال دخانیات احتمال ایجاد لخته در خون را زیاد می کند. در افراد سیگاری عبور خون از عروقی که به دلیل مصرف سیگار تنگ شده اند منجر به ایجاد لخته در عروق از جمله عروق کرونر می شود. زمانی که لخته تشکیل شود، دردهایی در ناحیه قلب به وجود می آید که آنژین قلبی گفته می شود. سکت قلبی زمانی رخ می دهد که انسداد عروق کامل شود. احتمال بروز سکت های مغزی و حملات قلبی در افراد سیگاری دو تا سه برابر بیش تر از غیر سیگاری ها است.



در سیگاری ها سکته قلبی عامل کشنده تری نسبت به غیر سیگاری هاست که احتمالاً " به علت اثرات دخانیات به عنوان سم برای عضلات قلب است. خطرات حمله قلبی در زنان سیگاری بالای ۴۰ سال که قرص های ضد بارداری مصرف می نمایند بالاتر است. خطر حمله قلبی طی یک سال بعد از ترک سیگار نصف می شود، این خطر بعد از ۵ سال برابر با افراد غیر سیگاری خواهد شد. ترک سیگار بعد از یک حمله قلبی می تواند شانس حمله بعدی را نصف کاهش می دهد.

گردآورنده : مهدی خدابخشی - کارشناس بهداشت محیط معاونت بهداشتی