

Табакокурение - как фактор риска развития онкологических заболеваний

С 13 по 19 ноября 2023 года в нашей стране проходит республиканская информационно-образовательная акция по профилактике табакокурения как фактора риска развития онкологических заболеваний.

В табачных изделиях, производимых в настоящее время, содержится около 4000 химических соединений, а в табачном дыму – около 5000, из них не менее 250 известны как вредные, а более 50 – как канцерогены, которые могут вызывать онкологические заболевания.

За год курящий по одной пачке сигарет в день поглощает легкими 700 г дегтя, содержащего более 30 канцерогенных веществ. При выкуривании одной сигареты 25% вредных веществ поступают в организм, 20% - сгорают, 5% - остаются в окурке, 50% - попадает в воздух.

Наиболее токсичными для человека составляющими табачного «коктейля» являются никотин, угарный газ, канцерогенные смолы, радиоактивные изотопы, соединения азота, тяжелые металлы.

На долю канцерогенных веществ приходится до 50% всех содержащихся в табачном дыме химических веществ. Из них наиболее опасные бензопирен, радиоактивный полоний, изотопы свинца и висмута. При выкуривании пачки сигарет в день человек поглощает за год около 1 кг дегтя и получает дозу радиации в 7 раз большую той дозы, которая Международным соглашением по защите от радиации признана предельно допустимой.

По данным ВОЗ, табак ежегодно приводит к миллионам смертей от сердечно-сосудистых заболеваний, заболеваний легких, рака, диабета и высокого артериального давления.

Курение провоцирует развитие 18 форм рака у человека: рак легкого, пищевода, гортани и полости рта, мочевого пузыря, поджелудочной железы, почки, желудка, молочной железы, шейки матки и др. Установлено, что опасность заболеть раком значительно (почти в 30 раз) выше у злостных курильщиков и рано начавших курить. Смертность от рака также возрастает параллельно потреблению сигарет. Показатель риска, связанный с курением, различен для опухолей различных локализаций и зависит от возраста на момент начала курения, длительности курения и количества сигарет, выкуриваемых в день.

РАК ПОЛОСТИ РТА И РОТОГЛОТКИ

Среди курильщиков возникает в шесть раз чаще по сравнению с некурящими людьми. 90% больных злокачественными опухолями полости рта и ротоглотки указывают на употребление ими табака в виде курения или жевания. Риск возникновения рака повышается с количеством выкуренных сигарет или табака, употребленного при жевании. У курильщиков трубки имеется значительный риск возникновения рака губы. Жевательный табак

чаще всего вызывает рак щеки, десен и губы и повышает риск развития рака этих локализаций в 50 раз.

РАК ЛЕГКОГО

Для развития рака легкого необходим временной период от 10 до 30 лет курения. Рак легкого не имеет специфических симптомов, имеет продолжительный скрытый инкубационный период. Выявляется уже в запущенных стадиях. Чаще протекает хронически, под видом упорных воспалений легкого.

РАК ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Риск возникновения этого заболевания увеличивается пропорционально длительности курения и числу сигарет, выкуриваемых в день у мужчин с избыточной массой тела. У мужчин, выкуривающих больше 15 пачек сигарет в год в течение последних 10 лет, по сравнению с некурящими, увеличивается риск диссеминированного рака предстательной железы и смертности от него. Через 10 лет после отказа от курения этот риск исчезает!

РАК ШЕЙКИ МАТКИ

Риск развития рака шейки матки у курящих женщин в 4 раза выше, чем у некурящих, причем степень риска возрастает пропорционально продолжительности срока курения. Выявлена связь между курением и раком шейки матки у женщин, инфицированных вирусом папилломы человека.

Курение является одной из причин **рака поджелудочной железы**, и риск возникновения рака у курящих повышен в 2- 3 раза. Выявлен повышенный риск развития **рака печени** у курящих, особенно в сочетании с употреблением алкоголя или у инфицированных вирусами гепатитов В и С. Риск рака мочевого пузыря и почки среди курящих повышен в 5-6 раз.

ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ

Необходимо знать и помнить, что курящие наносят существенный урон не только собственному здоровью, но и здоровью окружающих, делая их пассивными курильщиками. У членов семьи курильщика рак легкого возникает в 1,5-2 раза чаще, чем в некурящих семьях.

Известно, что жены активных курильщиков умирают в среднем на 4 года раньше, чем жены некурящих. Беременным женщинам категорически противопоказано не только курение, но и пребывание в накуренных помещениях в связи с установленной высокой чувствительностью плода к канцерогенам и другим химическим воздействиям и вследствие этого, высоким риском развития у детей злокачественных опухолей и уродств.

Главная мера профилактики вредного влияния курения на организм – полностью отказаться от курения и избежать длительного общения с курящими.