

喫煙の害と健康

たばこの煙には (ニコチン)、(タール)、(一酸化炭素) などの有害物質が 200種類以上含まれています。

↓
 その中には 60種類以上の (発がん物質) が含まれています。

喫煙によって体にすぐ現れる影響としては

- (毛細血管) の収縮
- (心臓) への負担
- (運動) 能力の低下
- 目まい、息切れ、せき、たんなどの症状



ここからは主に (ニコチン) や (一酸化炭素) による影響です。

(ニコチン)	<ul style="list-style-type: none"> • (血管) を収縮させる • (依存) 性がある
(タール)	<ul style="list-style-type: none"> • 多くの (発がん物質) を含む
(一酸化炭素)	<ul style="list-style-type: none"> • (酸素) の運搬能力を低下させる • 血管を傷つける

(ニコチン) は喫煙をやめたくてもやめられなくなる (依存症) を引き起こします。



喫煙を続けると、(タール) に含まれる発がん物質などによって、^{口頭} 喉頭がん、(肺) がんなどの様々ながんにかかりやすくなります。