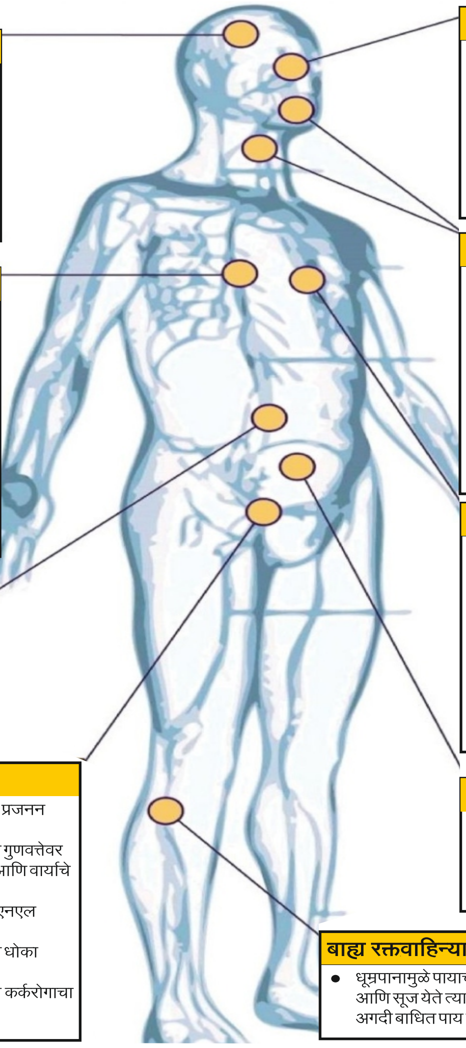
पोस्टर क्रमांक २

तंबाखू सेवन करणाऱ्याचे शरीर

तंबाखू मुक्त शिक्षक
तंबाखू मुक्त समाज



मेंदू

- तंबाखूच्या सेवनामुळे मेंदूचे आघात होऊ शकतात.
- निकोटीन सतर्कता आणि अल्पकालीन स्मरण शक्ती वाढ़वते.
- निकोटीन, कार्बन मोनॉक्साईड आणि इतर रसायने रक्तवाहिन्यांचे नुकसान करतात, ज्यामुळे रक्त गोठते.
- तंबाखूमध्ये आढळणारी रसायने व्यासनाधीन करणारी असतात.

फुफ्फुस

- तंबाखूच्या सेवन हे कर्करोगामुळे होणाऱ्या मृत्यूचे प्रमुख कारण आहे. दहापैकी नऊ फुफ्फुसाचा कर्करोग तंबाखूच्या सेवनामुळे होतात.
- तंबाखूमूध्ये आढळणारी रसायने फुफ्फु–साचा ऊतींचे नुकसान करतात. तंबाखूच्या सेवनामुळे वायुवाहिनी आकुंचन पावतात, त्यामुळे श्वसनाचे दीर्घकालीन आजार होतात.
- धुम्रपान केल्याने दमा आणि ब्राँकाय–टिसचा त्रास अधिक वाढतो.
- तंबाखूच्या सेवनाने टीवी होण्याचा धोका वाढतो.

पोट

- पोटाचा कर्करोग हा जगातील दुसरा सर्वव्यापी कर्करोग आहे. तंबाखूच्या सेवनामुळे पोटाचा कर्करोग आणि आतड्यांसंबंधी अल्सर होण्याचा धोका वाढतो.

प्रजनन प्रणाली

- तंबाखूच्या सेवनाने स्त्री आणि पुरुष दोघांची प्रजनन क्षमता कमी होते.
- तंबाखूच्या सेवनाने पुरुषांमधील शुक्राणुंच्या गुणवत्तेवर परिणाम होतो, शुक्राणुंची संख्या कमी होते आणि वार्याचे प्रमाण कमी होते.
- धुम्रपान शुकाणू विकृत करू शकते आणि डीएनएल नुकसान पोहाचवू शकते.
- धूम्रपान पुरुषांमध्ये उत्तेजना कमी करण्याचा धोका वाढवते.
- तंबाखूच्या सेवानाने महिलांमध्ये गर्भाशच्या कर्करोगाचा धोका वाढतो.

डोळा

- तंबाखूच्या सेवनाने डोळयाच्या मागील भागाला अपरिवर्तनीय हानी होते.
- मोतीबिंदू होण्याची शक्यता वाढवते. ही अशी स्थिति आहे ज्योमुळे अंधत्व येऊ शकते.
- तंबाखूतील काही रसायने जसे की अमोनिया आणि फॉर्मल्डिहाइड डोळयांमध्ये जळजळ निर्माण करतात.

तोंड आणि घसा

- तंबाखूच्या सेवनाने हे तोंड आणि घशाच्या कर्करोगाचे मुख्य कारण आहे.
- तंबाखू चघळल्यान सब–म्यूकस फायब्रोसिस होतो (कर्करोगपूर्व स्थिति) जी खूप वेदनादायक स्थिति असते.
- धूम्रपानामुळे घशाचा कर्करोग होतो.
- धूम्रपान आणि तंबाखू चघळल्याने श्वासाची
- दुर्गंधी, दातांवर डाग आणि हिरड्याचे आजार होतात.

हृदय

- तंबाखूच्या हृदयविकाराचा झटका (हार्ट अटैक) आणि छातीतील वेदना (एंजिना) होण्याचा धोका वाढतो.
- तंबाखूमध्ये आढळणारी रसायने रक्त वाहिन्या अरुंद करून नुकसान करतात आणि रक्त गोठण्याची प्रक्रिया वाढवतात.
- सिगारेट आणि बिडीमध्ये आढळणाऱ्या कार्बन मोनोऑक्साइड हृदयापर्यंत ऑक्सिजन पोहोचण्याचे प्रमाण कमी करतात.
- निकोटीन हृदय गती आणि रक्तदाब (ब्लेड प्रेशर) वाढवते.

गर्भवती महिला

- तंबाखूचे सेवन करणाऱ्या गर्भवती महिलांच्या गर्भाचे वजन कमी होते.
- तंबाखूच्या वापरामुळे मुदतपूर्व प्रसूती आणि मृत बाळाच्या जन्माची शक्यता वाढते.

बाह्य रक्तवाहिन्यासंबंधी रोग

- धूम्रपानामुळे पायाच्या धमन्या, शिरा आणि मज्जातंतूंना तरंग आणि सूज येते त्यामुळे रक्तप्रवाह मोठ्या प्रमाणात कमी होतो, अगदी बाधित पाय कापावाही लागतो.

Healis
Sekhsaria Institute for Public Health
Dana-Farber Cancer Institute
HARVARD SCHOOL OF PUBLIC HEALTH