

عوارض سیگار کشیدن بر سلامت زنان

13 مرداد 1405

افرادی که سیگار می‌کشند بیش تر احتمال دارد دچار مشکلاتی در سلامتی خود شوند و در واقع خطر بیمار شدن این افراد در مقایسه با کسانی که سیگار نمی‌کشند بیش تر است. بعضی از مشکلات سلامتی ناشی از کشیدن سیگار فوراً خود را نشان می‌دهند؛ اما برخی دیگر به مرور زمان به وجود می‌آیند.

مشکلات زنانه

زنانی که سیگار می‌کشند بیشتر از زنانی که سیگار نمی‌کشند در معرض این موارد هستند:

- پریودهای نامنظم یا دردناک
- پایین بودن سطح استروژن که می‌تواند موجب نوسانات خلقی، خستگی و خشکی واژینال شود
- در سن پایین‌تر یائسه شدن و داشتن علائم شدیدتر یائسگی
- مشکل در باردار شدن

مشکلات تنفسی

سیگاری‌ها بیشتر از غیرسیگاری‌ها ممکن است به بیماری مزمن انسداد ریوی (COPD) مبتلا شوند. این بیماری باعث سخت شدن تنفس شده و به مرور زمان بدتر می‌شود. درمانی برای بیماری مزمن انسداد ریوی وجود ندارد.

• زنانی که سیگار می‌کشند بیشتر از مردانی که سیگار نمی‌کشند احتمال دارد در سنین پایین دچار بیماری مزمن انسداد ریوی شدید شوند.

• هر ساله زنان بیشتری نسبت به مردان جان خود را در اثر بیماری مزمن انسداد ریوی از دست می‌دهند.

مشکلات قلبی و عروقی

افرادی که سیگار می‌کشند بیشتر مستعد بیماری‌های قلبی هستند که اولین علت مرگ‌ومیر در بسیاری از کشورهاست. برای افراد زیر ۵۰ سال، بیشتر موارد بیماری‌های قلبی مرتبط با سیگار کشیدن است.

• زنان سیگاری بالای ۳۵ سال بیشتر از مردان سیگاری در معرض مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی هستند.

• زنانی که هم‌زمان با استفاده از قرص‌های ضدبارداری سیگار نیز می‌کشند خیلی بیشتر مستعد بیماری‌های قلبی هستند، خصوصاً خانم‌های بالای ۳۵ سال.

• زنانی که سیگار می‌کشند در مقایسه با مردانی که سیگار نمی‌کشند بیشتر احتمال دارد در اثر آنوریسم آئورت شکمی جان خود را از دست بدهند. در این عارضه، شریان‌های اصلی که خون را از قلب به سایر قسمت‌ها می‌برند ضعیف می‌شوند.

سرطان

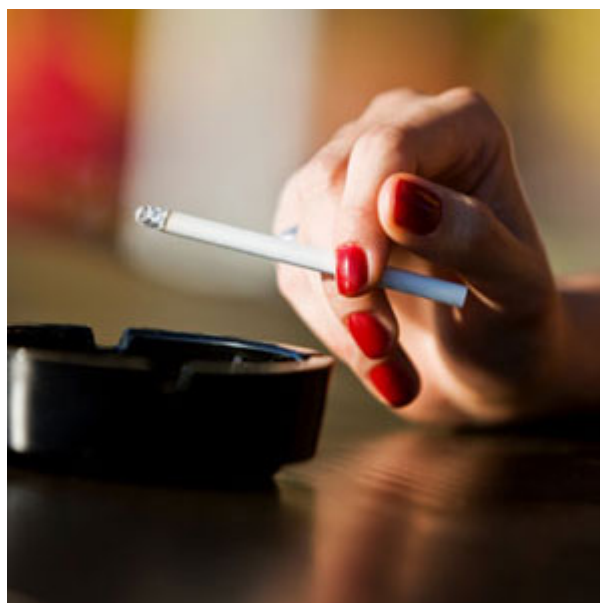
افرادی که سیگار می‌کشند بیشتر مستعد ابتلا به انواع سرطان‌ها هستند، مثل سرطان ریه، سرطان پانکراس، سرطان کلیه، سرطان کبد، سرطان مثانه، سرطان دهان و حنجره، سرطان مری، معده و کولورکتال. اطلاعات زیر بیشتر مربوط به خانم‌هاست:

. سیگارکشیدن باعث افزایش ریسک سرطان دهانه رحم می‌شود.
. سیگارکشیدن در زنان بیشتر از مردان باعث سرطان ریه منتهی به مرگ می‌شود. امروزه موارد بیشتری از سرطان ریه در خانم‌های جوان (۳۰ تا ۴۹ سال) نسبت به مردان جوان وجود دارد.
. سیگارکشیدن ریسک ابتلا به سرطان سینه را تا ۲۵ درصد افزایش می‌دهد.
خوشبختانه وقتی سیگار را ترک می‌کنید، بدن و ذهن شما فوراً شروع به ترمیم می‌کند. ترک سیگار می‌تواند خلق‌وخوی شما را بهتر کرده و به شما انرژی بیشتری برای کارهای روزمره‌تان خواهد داد. همچنین خطر ابتلا به خیلی از بیماری‌ها در آینده نیز کاهش می‌یابد. هرگز برای بهره‌بردن از فواید ترک سیگار دیر نیست.

سیگار در بارداری

زنانی که سیگار می‌کشند ممکن است برای باردارشدن به مشکل بخورند. وقتی یک خانم سیگاری باردار می‌شود، نیکوتین ناشی از سیگارکشیدن می‌تواند به جنین آسیب بزند. اگر جنین در معرض نیکوتین قرار بگیرد، بر رشد و تکامل او پیش‌وپس از تولد اثر خواهد گذاشت.
سیگارکشیدن طی بارداری می‌تواند باعث مشکلات زیادی برای کودک شود:
. احتمال بیشتر تولد زودتر از موعد
. احتمال بیشتر نقص‌های جدی مادرزادی مانند شکاف کام یا لب‌شکری
. احتمال کمتر تولد با وزنی سالم
. احتمال کمتر رشد نرمال مغزی پیش از تولد و در اوایل کودکی
. احتمال بیشتر مرگ در اثر سندرم مرگ ناگهانی نوزاد

اثرات روحی و روانی سیگار



مطالعات دریافته‌اند زنانی که سیگار می‌کشند بیشتر مستعد مشکلات روحی و روانی هستند:

. اضطراب

. افسردگی

. اختلال استرس پس از ضایعه (PTSD)

. خودکشی

. اعتیاد به مواد مخدر

ناباروری

خیلی از خانم‌ها بارداری را تا اواخر ۳۰ یا ۴۰ سالگی به تأخیر می‌اندازند که می‌تواند مشکلات باروری را حتی برای آنهایی که سیگار نمی‌کشند بیشتر کند، چه برسد به خانم‌های سیگاری! خانم‌هایی که سیگار می‌کشند و باردارشدن را به تأخیر می‌اندازند خودشان را در معرض ریسک بسیار بالاتری از ناباروری قرار می‌دهند.

لازم است بدانید سیگارکشیدن فقط بر باروری زنان اثر نمی‌گذارد و سیگارکشیدن برای قدرت باروری مردان نیز در دسرساز است.

بیماری التهابی لگن

بیماری التهابی لگن برای خانم‌های سیگاری با احتمال بیشتری رخ می‌دهد.

یائسگی زودرس

تحقیقات نشان داده زنانی که سیگار می‌کشند ۴۳ درصد بیشتر در معرض یائسه شدن پیش از ۵۰ سالگی‌اند. زنان سیگاری دو تا سه سال زودتر از زنانی که اهل سیگار نیستند علائم یائسگی را تجربه می‌کنند. مشکلات قاعدگی مانند خونریزی‌های غیرمعمول، توقف پریود و عفونت‌های واژینال نیز در میان زنان سیگاری شایع‌تر است.



ازدواج
خانواده

دکتر کبری درویشی پیشه

مشاوره
تلفنی

۲۴ ساعته

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸

پوکی استخوان

احتمال پوکی استخوان با بالارفتن سن بیشتر می شود؛ اما با یک سری راهکارها می توانید ریسک پوکی استخوان را کاهش دهید، مانند فعالیت بدنی و ورزش منظم و مصرف ۱۰۰۰ تا ۱۵۰۰ میلی گرم کلسیم در روز.

سیگار کشیدن باعث افزایش چشمگیر ریسک پوکی استخوان می شود. زنانی که سیگار می کشند بیشتر احتمال دارد دچار کاهش تراکم استخوان شوند. در واقع این افراد ۳۱ درصد بیشتر مستعد پوکی استخوان هستند. ضمناً سیگار باعث کُندی فرایند جوش خوردن استخوان بعد از شکستگی استخوان می شود.

سیگار و شیردهی

. سیگار کشیدن در دوران شیردهی باعث کاهش تولید شیر مادر می شود.

. دوره شیردهی مادر کاهش می یابد.

. نیکوتین از طریق شیر مادر به کودک می رسد.

. مواد مغذی و آنتی اکسیدان ها و خواص آنتی بادی شیر مادر کاهش می یابد و همه اینها بر رشد کودک اثر می گذارد.

. سیگار کشیدن طی دوران شیردهی منجر به اختلالات بلندمدت در کودک می شود، از جمله افزایش خطر چاقی و دیگر عوارض.