

Kajenje in pljučni rak

Kajenje poznamo vsi, nekadilci in kadilci. Vsakdo ima svoje mnenje o kajenju in kadilcih, vsakdo ima tudi pravico, da to mnenje pove jasno in glasno. Kajenje je v današnjem času postalo najbolj množična narkomanija ljudi. V svetu je vedno več raziskav, ki preučujejo družbene in psihološke vzroke, zaradi katerih se ljudje odločajo za uživanje tobaka. Vedno več je tudi raziskav, ki odkrivajo posledice dolgotrajnega kajenja oziroma odvisnosti.

Ljudje se delimo na kadilce in nekadilce že nekje od 15. leta dalje, oziroma od srednješolskih let. Znano je, da na svetu vsakih deset sekund umre ena oseba zaradi posledic kajenja. V letu 1990 naj bi posledice kajenja povzročile smrt več kot treh milijonov ljudi na leto. Ta številka pa z leti še narašča. Če ne bo prišlo do velikih sprememb v načinu kajenja in porabi tobačnih izdelkov, se pričakuje, da bo leta 2020 umrlo letno preko 10 milijonov ljudi zaradi posledic kajenja. Tako so nekatere države že spoznale škodljivost kajenja in so začele sprejemati določene zakone, ki prepovedujejo kajenje ali pa ga vsaj omejujejo. Za veliko držav pa je tobak stalen vir dohodka, saj s tem služijo tovarne in država, ki tobačne izdelke visoko obdavči.

Učinki tobakovega dima na organizem:

katran draži sluznico dihal

nikotin slabi vid

nikotin vpliva na avtonomni živčni sistem, vzbuja občutek užitka

nikotin škodljivo vpliva na srce in obtočila

nikotin se razgradi v jetrih

nikotin se deloma nespremenjen izloči skozi ledvice

nikotin in druge snovi dražijo sluznico želodca in črevesja

nikotin hromi funkcijo spolnih žlez

Sestavine cigaret:

- Nikotin
- Katran
- Ogljikov monoksid
- Amoniak
- Žveplov dioksid
- Mnogi drugi

Posledice:

Kajenje je eden izmed številnih vzrokov za smrtnost, gotovo pa je največji izmed tistih, ki se jih da preprečiti. Vsak dan v povprečju umre več tisoč ljudi prav zaradi kajenja in njegovih posledic. Kajenje tako pomori več ljudi kot najhujše epidemije.

Kajenje ne povzroča samo smradu obleke, rumenih zob in obupnega zadaha ampak še veliko drugih, bolj pomembnih bolezni.

Kajenje vpliva na 17 vrst raka, med njimi je najznačilnejši pljučni rak.

Poleg tega pa so pomembni še rak na grlu, žrelu, ustni votlini, požiralniku, trebušni slinavki, želodcu, ledvicah in sečnem mehurju.

Kajenje povzroča tudi kronični kašelj, vnetje bronhijev in druge pljučne bolezni. Med drugim vpliva tudi na že značilne bolezni kot so astma, napadi angine, vročica, mrzlica in druge.

Vdihavanje tobakovega dima je pomembno tudi za srce in ožilje, saj je nikotin eden glavnih vzrokov za srčni infarkt, poleg tega pa sam tobačni dim zožuje srčno arterijo in tudi drugače škodi srčnim venam in arterijam.

Kajenje poleg srčnih žil ogroža tudi ostale žile in pospešuje zaapnevanje žil, kar povzroča slabo prekrvavljenost nog. Tako nekateri kadilci po 40. letu starosti opazijo, da jih vsake toliko časa začne boleti v mečih. Med hojo se morajo večkrat ustavljati, dokler bolečina, ki je podobna krču, ne popusti. Ta bolezen napreduje, če kadilec ne preneha kaditi. Tako da v daljšem času pride do stanja, ko se nekatere žile v mečih popolnoma zaprejo in je treba prizadeto nogo operativno odrezati.

Nikotin je zelo škodljiv tudi prebavnim organom, saj kajenje poruši ravnotežje kislin v želodcu, posledica je čir na želodcu. To bolezen je možno uspešno ozdraviti, vendar le, če bolnik popolnoma opusti kajenje.

Pljučni rak

Pljučni rak je bil še pred pol stoletja zelo redka bolezen. Včasih so ga odkrili pri obdukciji mrtvega človeka, sicer pa so ga opisovali kot redkost. Toda obolelih s pljučnim rakom je bilo iz leta v leto več. Število obolelih s pljučnim rakom je naraščala veliko hitreje kot število obolelih z rakom na drugih organih in danes postaja že prav epidemična bolezen. Predvsem je pogost pri moških, saj je kajenje osvojilo ženske veliko kasneje kot moške. Razvije se pod vplivom rakotvornih snovi iz sluznice pljuč, delimo ga v 2 veliki skupini (drobnocelični in nedrobno celični pljučni rak), ki se med seboj zelo razlikujeta glede na potek bolezni in način zdravljenja. V zadnjem času so opazne spremembe v tipični klinični podobi pljučnega raka. Pred desetletji je prevladoval ploščatocelični rak z izvorom blizu osrednjih delov pljuč; danes pa ga po pogostnosti že dosega žlezni rak s pogostim izvorom v oddaljenih delih sapničnega vejevja. Način zdravljenja je odvisen od tipa tumorja, razširjenosti bolezni, bolnikovega splošnega stanja in spremljajočih bolezni. Daljše preživetje imajo bolniki, ki so v dobrem stanju, v nižjih stadijih bolezni in tisti, ki v času bolezni niso izgubili več kot 10 % telesne teže. Drobnocelični pljučni rak zdravimo praviloma s kemoterapijo oz. s kombinacijo kemo- in radioterapije, le redko ga operiramo. Nedrobnocelični pljučni rak v zgodnjih stadijih operiramo, ob zajetih mediastinalnih bezgavkah pa ga zdravimo s kombinacijo kemoterapije in operacije, s kemo-radioterapijo ali samo s kemoterapijo. Statistike kažejo, da število obolelih s pljučnim rakom še vedno strmo narašča, ne samo v Sloveniji, ampak po celem svetu. Možnosti, da kadilec oboli za pljučnim rakom, so odvisne od števila pokajenih cigaret na dan. Povprečen kadilec tvega približno 10x več kot nekadilec, da dobi pljučnega raka. Strastni kadilec, ki pokadi več škatlic

cigaret dnevno, pa celo 20x več tvega. Možnosti, da kadilec zboli za pljučnim rakom, se še bolj povečajo glede na število kadilskih let. Namreč, če podvojimo leta kajenja od 10 na 20, se nevarnost pljučnega raka poveča za 16x. Raziskave so pokazale, da so v tobakovem dimu rakotvorne snovi, kar so dokazali tudi z različnimi poskusi. Nevarnost pljučnega raka je torej za kadilce velika, vendar ga morajo najprej prepoznati. Najprej pomaga pri razpoznavanju rentgenska slika prsnega koša, saj na tej sliki lahko odkrijejo neobičajna zasenčenja v pljučih. Tako priporočajo rentgensko slikanje vsem kadilcem starim nad 40 let, pri katerih se pojavijo spremembe v kašlju ali pa dobijo pljučnico. Vendar pa zasenčenja v pljučih niso vedno znamenje rakavega obolenja, pač pa so lahko znamenja kakšnih drugih bolezni. V primeru, ko zdravnik posumi, da gre za rakavo obolenje, nadaljujejo raziskave z različnimi metodami. Če je odkrit pljučni rak že zelo razširjen, ni veliko možnosti za ozdravitev. Takemu bolniku pomagajo z radioaktivnim sevanjem ali s citostatiki. To za nekaj časa ustavi širjenje raka, olajša telesne muke in podaljša bolnikovo življenje. Samo če prenehamo kaditi, lahko delno zmanjšamo nevarnost pljučnega raka.