



- Главная
- О нас
- Факторы риска
 - Физическая инертность
 - Высокий холестерин
 - Неправильное питание
 - Алкоголь
 - Курение
 - Фибрилляция предсердий
 - Ожирение
 - Высокое кровяное давление
 - Сахарный диабет
 - Стресс и депрессия
- Ресурсы
 - Подкаст
 - Блог
 - Видео
 - Полезные ссылки
 - Дополнительное чтение
 - Пресс-релизы

- [Новости](#)
- [Русский](#)
 - [English](#)
 - [Português](#)
 - [Русский](#)
 - [Español](#)
 - [Français](#)
 - [Polski](#)

- [КОНТАКТЫ](#)
- [ДАРИТЬ](#)

[DONATE](#)

8 фактов об инсульте и курении



Курение не только повышает риск возникновения проблем со здоровьем, таких как болезни сердца и закупорка артерий, но и тесно связано с инсультом. Однако есть много разных факторов, которые могут повлиять у

вас на риск, от пола до финансового положения. Вот несколько интересных фактов о курении и инсульте ...

1. У курильщика риск возникновения инсульта в 3-4 раза выше

Знаете ли вы? У мужчин, которые курят, в три раза выше вероятность умереть в возрасте 45–64 лет, и в два раза выше — умереть в возрасте 65–84 лет, чем у некурящих. Отказ от курения резко уменьшает эту статистическую вероятность, но все зависит от того, сколько времени прошло после того, как Вы бросили курить (1, 2).

2. Если вы курите, у вас в два раза выше вероятность умереть от инсульта

Вероятность умереть от инсульта сильно зависит от того, в какой стране Вы живете, что, отчасти, обусловлено огромными различиями в доступной противоинсультной помощи (3). Независимо от этого, результаты исследований показывают, что у людей, которые предпочитают курить, риск возникновения инсульта почти вдвое выше, и вдвое выше риск умереть от него, чем у тех, кто не курит (4).

3. Около 10% случаев инсульта во всем мире вызваны курением

По данным Всемирной организации здравоохранения, считается, что курение является причиной около 10% всех случаев сердечно-сосудистых заболеваний в мире. Согласно оценкам, в 2008 году самая высокая общая распространенность курения в Европейском регионе составляла почти 29% (5). К счастью, в Европе за последние два года значительно снизился уровень смертности, но число людей, живущих с инвалидностью в результате инсульта, продолжает оставаться огромной проблемой (6).

4. В некоторых группах с низким доходом курят почти 75% лиц

В какой бы стране вы ни находились, распространенность курения, по-видимому, самая высокая среди людей с низким доходом. Сообщалось, что в некоторых беднейших районах Соединенного Королевства процент курильщиков достигает 75% (7). Во многих странах мира в группе самых бедных мужчин вероятность курения в 2,5 раза выше, чем в группе самых богатых, и, конечно же, более бедные общины также имеют худший доступ к оказанию помощи при инсульте (8).

5. Риск инсульта также почти вдвое выше у пассивных курильщиков

Даже присутствие при табакокурении дома или на работе может быть фактором риска развития инсульта. Результаты одного исследования позволяют предположить, что это может быть даже похоже на активное курение, при котором риск инсульта удвоен. В исследованиях среди людей, партнеры которых курят, обнаружено, что вероятность возникновения первого инсульта увеличена для бывших курильщиков и некурящих, которые подвергались воздействию вторичного табачного дыма (1).

6. Табак содержит более 4000 различных химических веществ

Мы все видели эти ужасные фотографии легких, покрытых смолой. Теперь представьте, что этот токсичный табак делает с вашим мозгом. Табачный дым содержит более 4000 различных химических веществ, включая тяжелые металлы и другие токсины, которые способствуют образованию свободных радикалов. Со временем это может вызвать воспаление в головном мозге и привести к инсульту (1).

7. Почти четверть всех случаев инсульта прямо связаны с курением

Исследования показывают, что инсульты, вызванные непосредственно курением, могут составлять почти четверть всех зарегистрированных случаев заболевания (1). Учитывая, что общие затраты, связанные с инсультом, в Европе оцениваются в 45 млрд. евро, представьте, сколько можно было бы сэкономить средств в наших бюджетах на здравоохранение, если бы каждый человек бросил курить (6).

8. 10 модифицируемых факторов риска обуславливают около 90% риска возникновения инсульта

Курение является одним из десяти факторов риска, связанных с инсультом, наряду с неправильным питанием, высоким кровяным давлением, ожирением, сахарным диабетом, недостаточностью физических упражнений, чрезмерным потреблением алкоголя, высоким уровнем холестерина, болезнями сердца и депрессией. Хорошая новость состоит в том, что вы

можете повлиять на все указанные факторы. Бросьте курить, и вы почти наверняка снизите риск возникновения инсульта (9).

Литература:

1. Reena S. Shah, John W Cole. (2010). Smoking and stroke: the more you smoke the more you stroke. *Expert Rev Cardiovasc Ther.*, 8 (7): 917-932. DOI: 10.1586/erc.10.56.
2. Kawachi I, Colditz GA, Stampfer MJ, Willett WC, Manson J e, Rosner B, et al. (1993). Smoking cessation in relation to total mortality rates in women. A prospective cohort study. *Ann Intern Med.*, 119 (10): 992-1000.
3. https://www.stroke.org.uk/what-is-stroke/what-can-i-do-to-reduce-my-risk/stop-smoking?gclid=CjwKCAjw-8nbBRBnEiwAqWt1zSp6hIexSmh9Eq2GaKs2t9t641T7X2bo60aQLOUHUGv2UVL4wMaAThoC7hcQAvD_BwE [Accessed August 2018]
4. James F. Meschia, MD et al. (2014). Guidelines for the Primary Prevention of Stroke. A statement for healthcare professionals from the American Heart Association/American Stroke Association. *Stroke*. 2014 Dec; 45 (12): 3754-832. DOI: 10.1161/STR.0000000000000046. *Stroke*, 45: 3754-3832.
5. Thun MJ, Apicella LF, Henley SJ. (2000). Smoking vs other risk factors as the cause of smoking-attributable deaths: confounding in the courtroom. *JAMA*, 284: 706-712
6. https://www.stroke.org.uk/sites/default/files/the_burden_of_stroke_in_europe_-_challenges_for_policy_makers.pdf
7. Marsh A, Mckay, S. Poor smokers. London; Policy Studies Institute: 1994.
8. Ahmad Reza Hosseinpour, Lucy Anne Parker, Edouard Tursand/Espaignet, Somnath Chatterji. (2012). Socioeconomic Inequality in Smoking in Low-income and Middle-income Countries: Results from the World Health Survey. *PLoS One*. 2012; 7(8): e42843. DOI: 10.1371/journal.pone.0042843
9. Xianwei Zeng, Aijun Deng, Yi Ding. The INTERSTROKE study on risk factors for stroke. *Lancet*. 2017 Jan 7; 389 (10064): 35. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)32620-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)32620-4)

Разработано



SAFE сохраняет полный контроль за содержанием этого сайта.

Финансовая поддержка — образовательный грант от компании



Ссылки

- [Условия использования](#)
- [Политика конфиденциальности](#)
- [Политика использования файлов cookie](#)
- [Контакты](#)

- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)