

Tupakka ja sairaudet

Päivitetty 30.9.2010

Tupakka sisältää noin 500 kaasumaista yhdistettä ja 3500 muuta kemiallista yhdistettä. Näitä ovat muun muassa bentseeni, syanidi, tolueeni ja vinyylidikloridi. Terveydelle haitallisimpia yhdisteitä ovat häkä, hiukkasista muodostuva terva, jossa on yli 50 voimakkaaksi syöpää aiheuttavaksi aineeksi luokiteltua ainetta.

Tupakointi on yleisin estettävissä oleva kuolleisuuden aiheuttaja länsimaissa. Tupakkariippuvuuden keskeinen tekijä on tupakkakasvin sisältämä nikotiini, jonka imeytymistä edistävät useat kemikaalit, kuten urean. Vaikka kyseessä onkin laillinen tuote, tupakka lisää käyttäjänsä sairastavuutta, ja joka toisen vuosikymmeniä tupakoineen kohdalla johtaa tupakoinnista johtuvan sairauden aiheuttamaan kuolemaan.

Vuosittain 5000–6000 henkilöä kuolee tupakkatautiin, joista suurin osa sydän- ja verenkiertoelinten sairauteen. Suomessa joka kolmas syöpäsairaus aiheutuu tupakasta, ja joka viidennessä sydänperäisessä kuolemassa tupakka on tärkein riskitekijä. Tupakoinnin ja sydän- ja verisuonitautien syy-yhteys on tunnettu jo 1950-luvulta. Tupakointi on merkittävin ennaltaehkäistävässä oleva sydän- ja verenkiertoelinten sairauksien aiheuttaja.

Sydän- ja verenkiertoelinten taudit

Tupakointi vaikuttaa verenkiertoelimistöön monella eri mekanismilla. Se muun muassa heikentää valtimoiden pintasolukon toimintaa ja nostaa veren kolesterolipitoisuutta ja näin edistää valtimonkovetustaudin, eli ateroskleroosin, syntyä verisuonen seinämissä. Nikotiini on voimakas verisuonia supistava aine ja aiheuttaa perifeeristen verisuonien supistumista ja hetkittäisen kohonneen verenpaineen. Sepelvaltimot supistuvat myös tupakoinnin seurauksena. Hiilimonoksidi heikentää punasolujen hapenkuljetuskapasiteettia.

Tupakointi nopeuttaa myös veren hyytymisreaktiota ja lisää rytmihäiriöalttiutta. Sydäninfarktirisiki tupakoivalla on kaksinkertainen tupakoimattomaan verrattuna, samoin aivohalvauksen. Joka viidennessä sydänperäisessä kuolemassa tupakka on tärkein riskitekijä.

Keuhkotaudit

Yhdeksän kymmenestä keuhkohtaumapotilaasta on tupakoivia. Tupakointi vahingoittaa keuhkojen rakenteita ja haittaa keuhkojen toimintaa. Yleisesti tupakointi yhdistetään keuhkösyöpään, mutta muut haitalliset vaikutukset keuhkoihin ovat kuitenkin tupakoivien keskuudessa paljon keuhkösyöpää yleisempiä. Tupakoijilla ja tupakansavulle altistuvilla henkilöillä on osoitettu olevan enemmän erilaisia hengityselimiin liittyviä oireita, kuten yskää, limanmuodostusta, hengenahdistusta ja hengityksen vinkumista kuin ei-tupakoivilla tai ei-altistuvilla. Kroonisen, limaisen yskän ilmenevyys on päivittäin tupakoijilla ollut jopa yli kymmenkertainen. Tupakointi vaikuttaa haitallisesti muun muassa immuunipuolustukseen, lisäten näin akuuttien hengitysteiden infektioiden määrää. Samalla tupakan sisältämät yhdisteet aiheuttavat itsessäänkin tulehdusprosessin. Pitkäaikainen tulehdus aiheuttaa keuhkoihin pysyviä muutoksia, useimmiten keuhkohtaumatautia (KAT,COPD).

Tupakoivat ilmoittavat yleensä tuntevansa tupakan terveyshaitat. Tupakansavu kulkee jokaiseen elimeen aiheuttaen ja pahentaen sairauksia lähes kaikissa elimissä.

On myös vähemmän tunnettuja riskejä. Tupakointi aiheuttaa hedelmättömyyttä ja arviolta kymmenen prosenttia hedelmällisyyteen liittyvistä ongelmista on seurausta tupakoinnista. Tupakan kemikaalit keräytyvät silmän linssiin ja lisäävät kaihiriskiä. Osteoporoosi on tupakoivilla yleisempi. Selän välilevysairaudet ovat tavallisempia tupakoivilla, samoin niska-hartiavaivat. Tupakoinnin lopettaminen on osa hoitoa siis useissa sairauksissa ja oireissa.

Tupakkatuotteiden käytöllä ei ole turvarajaa. Jokainen poltetu savuke kiihdyttää sydämen sykettä, supistaa verisuonia, lamauttaa keuhkojen värekarvoja ja ärsyttää limakalvoja ja ruokatorvea. Tupakan savu on luokiteltu syöpävaaralliseksi aineeksi ja työympäristöissä kaikki tulee suojata sille altistumiselta. Jatkuva altistuminen tupakansavulle lisää riskiä sairastua sydänsairauteen viidenneksen. Joka vuosi arviolta 200 suomalaista kuolee jatkuvan tupakansavualtistuksen seurauksena.

Tupakkasairauksista lisätietoa saa sivulta <https://stumppi.fi/>

Kristiina Patja
asiantuntijalääkäri, THL

Päivittänyt:
Juha Sedergren, Stumppi-työryhmä

Alkuperäinen julkaisu 4.4.2006

link

Lähteet ▶

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/tupakka-ja-muut-nikotiinituotteet/tupakka-ja-sairaudet>