

# Tobak och sjukdomar

Publicerad 4.4.2006. Uppdaterad 30.9.2010

Tobak innehåller cirka 500 föreningar i gasform och 3 500 övriga kemiska föreningar. Hit hör bland annat bensen, cyanid, toluen och vinylklorid. En av de skadligaste föreningarna för hälsan är kolos och partiklar som bildar tjära, vilka innehåller över 50 ämnen som klassats som kraftigt cancerframkallande.

I västvärlden är tobaksrökning orsak till den mest allmänt förekommande dödlighet som kan undvikas. Den centrala faktorn i tobaksberoendet är det nikotin som tobaksväxten innehåller. Upptagningen av nikotin främjas av flera kemikalier, bland annat urean. Trots att det handlar om en laglig produkt ökar tobak sjukligheten hos rökare, och varannan person som rökt i decennier dör i sjukdomar som orsakats av tobak.

Årligen dör 5000–6000 personer i tobakssjukdomar, av vilka de flesta är hjärtsjukdomar och sjukdomar i blodomloppsorganen. I Finland orsakas var tredje cancersjukdom av tobak och vid vart femte hjärtrelaterat dödsfall är tobak den viktigaste riskfaktorn. Orsakssambandet mellan tobaksrökning och hjärt-kärlsjukdomar var känd redan på 1950-talet. Tobaksrökning är den viktigaste orsaken till hjärtsjukdomar och sjukdomar i blodomloppsorganen som skulle kunna undvikas.

## Hjärtsjukdomar och sjukdomar i blodomloppsorganen

Tobaksrökning påverkar blodomloppsorganen med många olika mekanismer. Bland annat försvagar det funktionen hos artärernas ytvävnad och höjer blodets kolesterolnivå och främjar på så sätt uppkomsten av åderförkalkning, alltså ateroskleros, i blodkärlens väggar. Nikotin är ett ämne som orsakar att blodkärlen drar ihop sig kraftigt vilket leder att de perifera blodkärlen drar ihop sig, med tillfälligt förhöjt blodtryck som följd. Kranskärlen dras också ihop som en följd av rökning. Kolmonoxiderna försvagar de röda blodkropparnas förmåga att transportera syre.

Tobaksrökning försnabbar också blodets koaguleringsreaktioner och ökar utsattheten för rytmstörningar. Risken för en rökare att drabbas av hjärtinfarkt är dubbelt så hög jämfört med någon som inte röker, och samma gäller för hjärnförlamning. I var femte död orsakad av hjärtfel är tobak en viktig riskfaktor.

## Lungsjukdomar

Nio av tio patienter med förträngningar i lungorna röker. Tobaksrökning skadar lungornas struktur och försvårar lungfunktionen. I allmänhet förknippas tobaksrökning med lungcancer, men andra skadliga effekter på lungorna är ändå betydligt mer vanliga bland rökare än lungcancer. Rökare och personer som utsatts för tobaksrök var visat sig ha fler symptom som påverkar andningsorganen än icke-rökare eller personer som inte utsatts för tobaksrök. Några av dessa symptom är hosta, slembildning, andningssvårigheter och väsande andning. Förekomsten av kronisk, slemmig hosta har visat sig vara mer än tio gånger så vanlig hos personer som röker dagligen. Tobaksrökning har en negativ påverkan på bland annat immunförsvaret, och ökar därför antalet akuta luftvägsinfektioner. Samtidigt orsakar de föreningar som finns i tobak själva också en inflammationsprocess. En långvarig inflammation orsakar bestående förändringar i lungorna, oftast förträngningssjukdomar i lungorna (KAT, COPD).

Rökare uppger i regel att de är medvetna om hälsoriskerna med rökning. Tobaksröken transporteras till varje organ och orsakar och förvärrar sjukdomar i nästan alla organ. Det finns också mindre kända risker. Rökning orsakar infertilitet och uppskattningsvis tio procent av ofruktbarhetsproblemen är en följd av rökning. Tobakens kemikalier samlas även i ögats lins och ökar risken för gråstarr. Osteoporos är vanligare bland rökare. Diskbräckssjukdomar i ryggen är vanligare bland rökare, detsamma gäller problem med nacke och axlar. Att sluta röka hjälper alltså vid flera sjukdomar och symptom.

Det finns ingen säker gräns när det gäller tobaksprodukter. Varenda cigarett man röker får hjärtrytmen att accelerera, förlamar lungornas flimmerhår, leder till att blodkärlen drar ihop sig och irriterar slemhinnor och matstrupe. Tobaksrök har klassats som cancerfarligt ämne och i arbetsmiljöer bör alla skyddas så att de inte utsätts för rök. Att kontinuerligt utsättas för tobaksrök ökar risken att insjukna i hjärtsjukdom med en femtedel. Varje år dör uppskattningsvis 200 finländare till följd av att de fortgående har exponerats för tobaksrök.

Mer information om tobakssjukdomar hittar du på adressen <https://stumppi.fi/>

Kristiina Patja  
sakkunnigläkare, Folkhälsoinstitutet

*Uppdaterad 30.9.2010:*  
Juha Sedergren, Stumppis arbetsgrupp

#### Källor ►

Peto R, Lopez AD, Boreham J, Thun M, Heath C, Doll R. Mortality from smoking worldwide. *Br Med Bull* 1996;52(1):12–21.

WHO. Tobacco or Health, a Global Status Report, Geneva, Switzerland: World Health Organization; 1997.

Puska P, Tuomilehto J, Nissinen A, Vartiainen E, editors. The North-Karelia Project, 20 year results and experiences. Helsinki, Finland: The National Public Health Institute (KTL), Finland; 1995.

Hedman J, Kaprio, Poussa , Nieminen MM. Prevalence of asthma, aspirin intolerance, nasal polyposis and chronic obstructive pulmonary disease in a population-based study. *Int J Epidemiol* 1999;28(4):717–22.

Kesteloot H. Queen Margrethe II and mortality in Danish women. *Lancet* 2001;357(9259):871–2.

<https://thl.fi/fi>

link

Källa till webbadress:<https://paihdelinkki.fi/sv/databank/informationssnuttar/tobak/tobak-och-sjukdomar>