

Влияет ли курение на зрение человека?



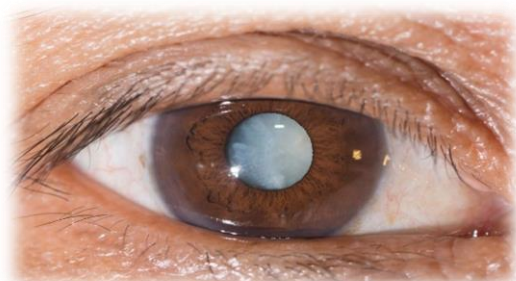
Самая распространенная и пагубная привычка человека - курение. По данным ВОЗ большая половина мужчин и третья часть женщин курят. Все знают, что табакокурение влияет на дыхательную и сердечно-сосудистую систему, но не каждый знает, что эта привычка пагубно влияет на органы зрения.

Рассмотрим риски для курильщиков которым они подвергаются при регулярном употреблении никотина.

В первую очередь токсические вещества поражают сосудистую систему глаза, что приводит к нарушению кровотока, недостаток питательных веществ, что может привести к частичной атрофии зрительного нерва.

В табаке содержится около 300 вредных веществ, самые ядовитые из них - никотин и цианид. Цианиды - производные синильной кислоты. Они провоцируют кислородное голодание тканей, уничтожают нервные клетки. Самое опасное, что цианиды имеют накопительный эффект, поскольку у курильщика они не успевают вывестись из организма.

Никотин провоцирует дегенерацию капилляров, что приводит к повреждению макулы. Макула – это центральная часть светочувствительного слоя глаза – сетчатки. Заболевания макулы приводят к снижению или потере центральной остроты зрения. Снижается способность человека видеть мелкие предметы, читать, писать, различать цвета.



У курящих людей в более раннем возрасте возникает катаракта (30-40 лет), в сравнении с некурящим, у которых патологические изменения возникают после 60 лет. Хрусталик начинает мутнеть (нарушается его прозрачность) под воздействие табачных токсинов, что приводит к появлению пелены перед глазами

и снижению зрения.

Отравление табачными токсинами приводит к потере влаги кожных покровов. Из-за этого под глазами появляются мешки, кожа становится желтовато-синюшного оттенка.

Табачный дым раздражает слизистую конъюнктивы глаза и роговицу, что приводит к аллергическому конъюнктивиту, дистрофическим изменениям роговицы. Появляется дискомфорт, чувства сухости, жжения, рези, возникает светобоязнь.



Влияет ли пассивное курение? На пассивных курильщиков табачный дым влияет еще сильнее, чем на активных. Особенно чувствительны и подвержены пагубному воздействию дети. Кроме



нарушения зрения, возможно отставание в развитии, появлении аллергической реакции, заболевания легочной системы, общее отравление организма.

Для того чтобы сохранить зрение и улучшить качество жизни, необходимо избавиться от вредных привычек. Рекомендуется прогулки на свежем воздухе, регулярное занятие спортом, правильное и сбалансированное питание.

Берегите свое и детей здоровье!

*Материал подготовила врач-офтальмолог
УЗ «Гродненский ОЭД» Мишенуд С. С.*