Влияние никотина на зрение

Курение негативно воздействует на легкие, кожу, сердце. И не только! Мы не задумываемся, как сигареты влияют на глаза и зрение. А вы знаете? Особенно об этом следует задуматься мужчинам, ведь именно они остаются основными потребителями сигарет.

Никотин и цианиды – два главных врага для органов зрения. Выкуривание нескольких сигарет в сутки повышает вероятность потери зрительной функции. Никотин провоцирует резкое сужение сосудов, усугубляя гипоксию тканей глазного яблока и зрительного нерва.

К химически вредным веществам относятся оксид углерода, муравьиная и уксусная кислоты, котинин, аммиак, полифенолы, сероводород и ароматические углеводороды. Они негативно влияют на сосуды органов зрения, что может привести к проблемам с оттоком внутриглазной жидкости, следовательно, к повышению внутриглазного давления и развитию глаукомы. Свободные радикалы, находящиеся в дыме, воздействуют на хрусталик, поэтому курильщики чаще встречаются с риском возникновения катаракты.

Одной из самых легких форм поражения органов зрения является раздражение слизистой. Дым, попадая в органы зрения, вызывает покраснение, ощущение жжения, обильное отделение слез или, наоборот, пересыхание глаз. Нередко на фоне аллергии на табачный дым развивается конъюнктивит.

Во время курения снижается нормальный уровень кровообращения, зрительный нерв постепенно атрофируется. Поврежденные сосуды не доставляют в достаточном количестве кислород и питательные вещества к тканям сетчатки и зрительного нерва. Это грозит даже потерей зрения.

Выкуривая сигарету, вы выбираете не жизнь. А что тогда? Задумайтесь об этом.

Подробнее о профилактике табакокурения: <https://profilaktica.ru/for-population/profilaktika-zabolevaniy/profilaktika-zavisimostey/profilaktika-kureniya/>