

Для коментарів чи іншого зворотного зв'язку заповніть форму:
[форма зворотного зв'язку щодо цієї версії настанови](#)

Версія цього документу для друку: <http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00898&format=pdf>

Настанови на засадах доказової медицини.
Створені DUODECIM Medical Publications, Ltd.

Настанова 00898. Найбільш поширені ризики для здоров'я від куріння

Автор: Editors

Редактори оригінального тексту: -

Дата останнього оновлення: 2014-08-25

- Див. [\[настанова 00897\]](#) Відмова від куріння]

Куріння, смертність та ризик захворювань

- Куріння є найважливішою причиною смерті, якій можна запобігти.
- Люди, які курять, мають в 2–3 рази вищий ризик передчасної смерті в порівнянні з тими, хто не курить [\[доказ 02847\]](#) B]. Жінки більш вразливі до хвороб, викликаних тютюном, ніж чоловіки.
- У дослідженні, проведеному за участі Британських лікарів чоловічої статі було показано, що ймовірність смерті в середньому віці (45–64 років) була в 3 рази вищою, а у пенсійному віці (65–84 роки) — в 2 рази вищою серед курців, порівняно з тими, хто ніколи не курил. Зростання ризику корелює з кількістю вживаних сигарет і тривалістю паління. Ризик зменшується після припинення паління [\[доказ 02632\]](#) B]. Куріння скорочує тривалість життя на 10 років; кидаючи у віці 60, 50, 40 або 30, збільшується тривалість життя на 3, 6, 9 або 10 років, відповідно, у порівнянні з тими, хто продовжує курити.
- Ризик раку легенів, в середньому, приблизно від 6 до 21 разів є вищим, і зростає зі збільшенням кількості вживаних сигарет. 90% онкологічних захворювань легенів спричинено курінням.
- Ризик раку ротової порожнини, глотки, підшлункової залози або стравоходу збільшується в 6–8 разів.

- Куріння також збільшує ризик виникнення інших видів раку в 1,5–3 рази (рак сечового міхура, нирок, шлунку, печінки, товстої кишки чи шийки матки, лейкозу).
- Ризик інфаркту міокарда, цереброваскулярних захворювань периферичних судин збільшується на 50%. У осіб молодших за 60 років ризик ішемічної хвороби серця збільшується від 2 до 5,5 разів, а ризик розвитку інфаркту мозку — в 3–4 рази [доказ 02845 C].
- Куріння викликає переміжну кульгавість і може спричинити імпотенцію.
- У жінок куріння синергічно підвищує ризик розвитку тромбоемболічних ускладнень, пов'язаних з застосуванням оральних контрацептивів, сприяє розвитку клімактерію та підвищує ризик нетримання сечі.
- Куріння спричиняє ХОЗЛ (10–12 кратний ризик); близько 80% смертності від ХОЗЛ пов'язано з курінням.
- Гострі респіраторні інфекції та хронічний бронхіт набагато частіше виникають у курців, порівняно з некурцями.
- Ризик виразки шлунку та дванадцятипалої кишки збільшується.
- Куріння може впливати додатково або синергічно з хімічними агентами на виробництві та збільшувати ризик професійних захворювань.
- Перинатальна смертність та ризик раптової смерті немовлят є вищим, якщо мати курить. Куріння асоціюється зі зменшенням ваги новонародженої дитини на 200 г. Припинення куріння під час вагітності може зменшити ризик недоношеності та низької ваги при народженні. Куріння знижує фертильність, підвищує ризик викидню і позаматкової вагітності.
- Куріння збільшує частоту хірургічних ускладнень і ускладнює загоєння після оперативних втручань.
- Шкіра старіє передчасно.

Вплив тютюнового диму (пасивне паління)

- Пасивне куріння збільшує ризик раку легенів приблизно на 25%. Ризик раку легенів також збільшується на індивідуальному рівні.
- Ризик виникнення коронарних подій на популяційному рівні є на 25–30% вищим, ніж серед осіб, які не піддаються впливу тютюнового диму. Ризик для всіх людей, що піддаються впливу

тютюнового диму в навколишньому середовищі, становить майже половину додаткового ризику активних курців. Ризик залежить від дози, тобто він зростає із збільшенням експозиції. Існування ризику не було доведено на індивідуальному рівні, як це було продемонстровано щодо раку легенів.

- Збільшення ризику інсульту становить приблизно таку ж величину, як і захворювання коронарних артерій.
- Тютюновий дим викликає запальні зміни у дихальних шляхах, пригнічує імунну відповідь і функцію війок легеневого епітелію, що спричиняє підвищену чутливість до респіраторних інфекцій та, ймовірно, астму і ХОЗЛ.
- У дітей експозиція тютюнового диму підвищує сприйнятливність до інфекцій дихальних шляхів та отитів, а також ризик виникнення та загострення астми.

Інші шкідливі наслідки куріння

- Нікотин викликає сильну залежність, яку можна порівняти з наркотичними речовинами.
- Куріння може змінити клінічні ефекти різних препаратів. Інгібітори протонної помпи, що запобігають рецидиву виразки, діють у курців набагато слабше, ніж у тих, хто не курить. Куріння знижує ефективність препаратів від стенокардії та діуретиків. Тютюновий дим збільшує активність ізоферментів цитохрому P450 і, тим самим, індукує метаболізм деяких фармакологічних агентів: гепарину, варфарину, інсуліну, теофіліну, флекаїніду, пропранололу, бензодіазепінів, хлордіазепоксиду, галоперидолу, клозапіну, оланзапіну та естрадіолу.

Нюхальний тютюн (бездимний тютюн)

- Містить канцерогенні нітрозаміни.
- Підвищує ризик розвитку раку порожнини рота, стравоходу і підшлункової залози.
- Збільшує ризик фатального інфаркту міокарда та інсульту.

Електронні сигарети (електронні системи доставки нікотину)

- Пари містять канцерогенні речовини.
- Концентрація нікотину в крові у людей, що пасивно дихають парами електронної сигарети, може бути такою ж високою, як у людей, які дихають тютюновим димом.

Пов'язані ресурси

- Огляди доказових даних [\[пов'язані|00556|The most common health r...\]](#)
- Література [\[пов'язані|00556|The most common health r...\]](#)

Джерела інформації

- R1. Doll R, Peto R, Boreham J, Sutherland I. Mortality in relation to smoking: 50 years' observations on male British doctors. *BMJ* 2004 Jun 26;328(7455):1519. [\[PubMedID|15213107\]](#)
- R2. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). CDC grand rounds: current opportunities in tobacco control. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep* 2010;59(16):487-92. [\[PubMedID|20431525\]](#)
- R3. Danaei G, Ding EL, Mozaffarian D et al. The preventable causes of death in the United States: comparative risk assessment of dietary, lifestyle, and metabolic risk factors. *PLoS Med* 2009;6(4):e1000058. [\[PubMedID|19399161\]](#)
- R4. Mathers CD, Loncar D. Projections of global mortality and burden of disease from 2002 to 2030. *PLoS Med* 2006;3(11):e442. [\[PubMedID|17132052\]](#)
- R5. Mucha L, Stephenson J, Morandi N et al. Meta-analysis of disease risk associated with smoking, by gender and intensity of smoking. *Gend Med* 2006;3(4):279-91. [\[PubMedID|17582369\]](#)
- R6. Lee PN, Forey BA, Coombs KJ. Systematic review with meta-analysis of the epidemiological evidence in the 1900s relating smoking to lung cancer. *BMC Cancer* 2012;12():385. [\[PubMedID|22943444\]](#)
- R7. Pirie K, Peto R, Reeves GK et al. The 21st century hazards of smoking and benefits of stopping: a prospective study of one million women in the UK. *Lancet* 2013;381(9861):133-41. [\[PubMedID|23107252\]](#)
- R10. World Health Organization 2013. Rachel Grana, PhD MPH, Neal Benowitz, MD, Stanton A. Glantz: PhD: Background Paper on E-cigarettes. (Electronic Nicotine Delivery Systems) [\[see6|http://arizonansconcerne...\]](#).

Настанови

- [Настанова 00897](#). Відмова від куріння.

Доказові огляди Duodecim

- [Доказовий огляд 02847](#). Smoking and total mortality.
Дата оновлення: 2018-06-27
Рівень доказовості: B
Резюме: Smoking is associated with increased mortality (2 - 3 times that of lifelong non-smokers).
- [Доказовий огляд 02632](#). Reduction of cardiovascular risk after stopping smoking.
Дата оновлення: 2018-06-27
Рівень доказовості: B
Резюме: The risk of death and cardiovascular events appears to fall when people stop smoking.
- [Доказовий огляд 02845](#). Smoking and dementia.
Дата оновлення: 2009-12-13
Рівень доказовості: C
Резюме: Smokers may have increased risks of dementia and cognitive decline.

Авторські права на оригінальні тексти належать Duodecim Medical Publications, Ltd.

Авторські права на додані коментарі експертів належать МОЗ України.

Published by arrangement with Duodecim Medical Publications Ltd., an imprint of Duodecim Medical Publications Ltd., Kaivokatu 10A, 00100 Helsinki, Finland.

Ідентифікатор: [ebm00898](#) Ключ сортування: [040.021](#) Тип: EBM Guidelines

Дата оновлення англomовного оригіналу: 2014-08-25

Автор(и): Editors Автор(и) попередніх версій статті: Heikki J.KorhonenAntero HelomaErkki VartiainenTapani Piha Редактор(и):
Видавець: Duodecim Medical Publications Ltd Власник авторських прав: Duodecim Medical Publications Ltd

Навігаційні категорії

[EBM Guidelines](#) [Pulmonary diseases](#) [Neoplastic diseases](#) [Internal medicine](#) [Cardiology](#)

Ключові слова індексу

mesh: Smoking mesh: Smoking Cessation mesh: Nicotine mesh: Tobacco Snuff Smokeless tobacco
mesh: Contraceptives, Oral mesh: Cadmium Cancer COPD mesh: Impotence mesh: Ranitidine
mesh: Cerebral Infarction mesh: Lung Neoplasms mesh: Risk Factors mesh: Pancreas
mesh: Pulmonary Disease, Chronic Obstructive mesh: Infant, Small for Gestational Age mesh: Fetus icpc-2: A23
speciality: Cardiology speciality: Internal medicine speciality: Neoplastic diseases icpc-2: P17
speciality: Pulmonary diseases electronic cigarette e-cigarette Electronic Nicotine Delivery Systems