

سیگار عمر زنان را 10 سال کوتاه می‌کند

تحقیقات جدید نشان می‌دهد سیگار کشیدن باعث می‌شود زنان ده سال از عمر خود را از دست بدهند اما با ترك زود هنگام سیگار آنها می‌توانند این خطر را کاهش دهند.



جام جم آنلاین: تحقیقات جدید نشان می‌دهد سیگار کشیدن باعث می‌شود زنان ده سال از عمر خود را از دست بدهند اما با ترك زود هنگام سیگار آنها می‌توانند این خطر را کاهش دهند. این تحقیقات به مدت 12 سال از بیش از يك میلیون زن انگلیسی 50 تا 65 سال صورت گرفت و محققان دریافتند که ترك زود هنگام سیگار می‌تواند ده سال بر طول عمر آنها بیفزاید.

به گزارش فارس، این تحقیقات نشان می‌دهد: زنانی که در سه سال اول شروع تحقیقات به سیگار کشیدن ادامه دادند، بیشتر در معرض مرگ و میر در 9 سال بعدی نسبت به غیرسیگاری‌ها قرار داشتند.

محققان می‌گویند: این افزایش زیاد خطر مرگ، به آن معناست که دوسوم مرگ و میر زنان سیگاری در سنین پنجاه، شصت و هفتاد سالگی، ناشی از سیگار کشیدن است.

این تحقیقات نشان می‌دهد: خطر مرگ بر حسب تعداد سیگار مصرفی روزانه تا حد زیادی افزایش می‌یابد اما با این حال، خطر مرگ حتی در بین زنانی که زیاد سیگار نمی‌کشند - یعنی بین يك تا 9 سیگار در روز می‌کشند - نسبت به غیرسیگاری‌ها دو برابر است.

محققان می‌گویند: زنانی که قبل از 40 سالگی مصرف سیگار را ترك می‌کنند؛ جلوی بیش از 90 درصد خطر مرگ و میر روز افزون مرتبط با ادامه سیگار کشیدن را می‌گیرند؛ در حالی که خطر در خصوص کسانی که پیش از 30 سالگی سیگار را ترك می‌کنند، کمتر از 97 درصد است.