

ΡΗΓΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ M.D,PhD,FEBU

ΚΑΠΝΙΣΜΑ Ή ΣΤΥΣΗ ?

***ΧΕΙΡ. ΟΥΡΟΛΟΓΟΣ- ΑΝΔΡΟΛΟΓΟΣ
ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΕΥΡΩΚΛΙΝΙΚΗΣ ΑΘΗΝΩΝ***



Τί είναι Lifestyle?

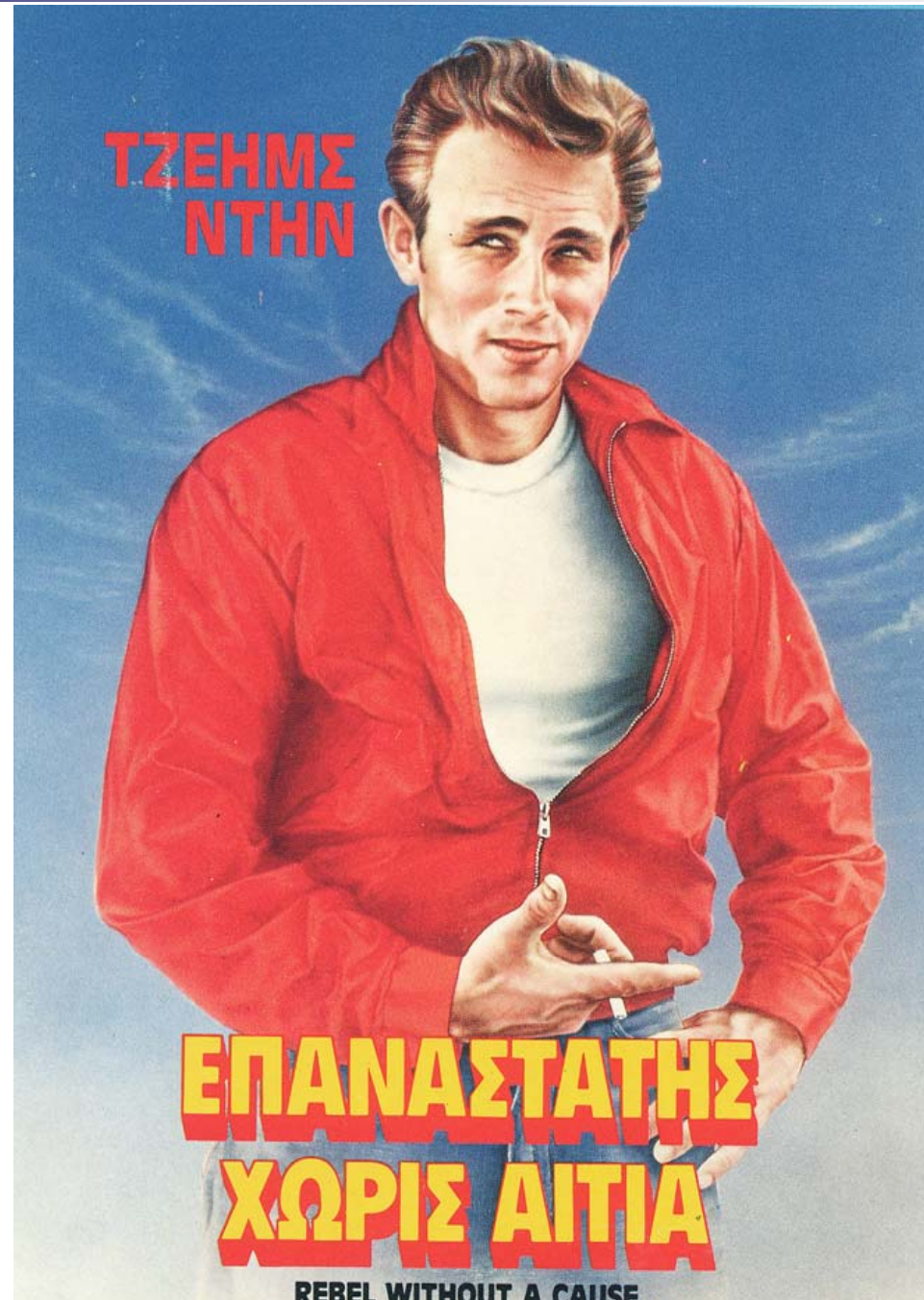
**Μία έκφραση
προσωπικών επιλογών
και η αλληλεπίδρασή τους
με το περιβάλλον.**



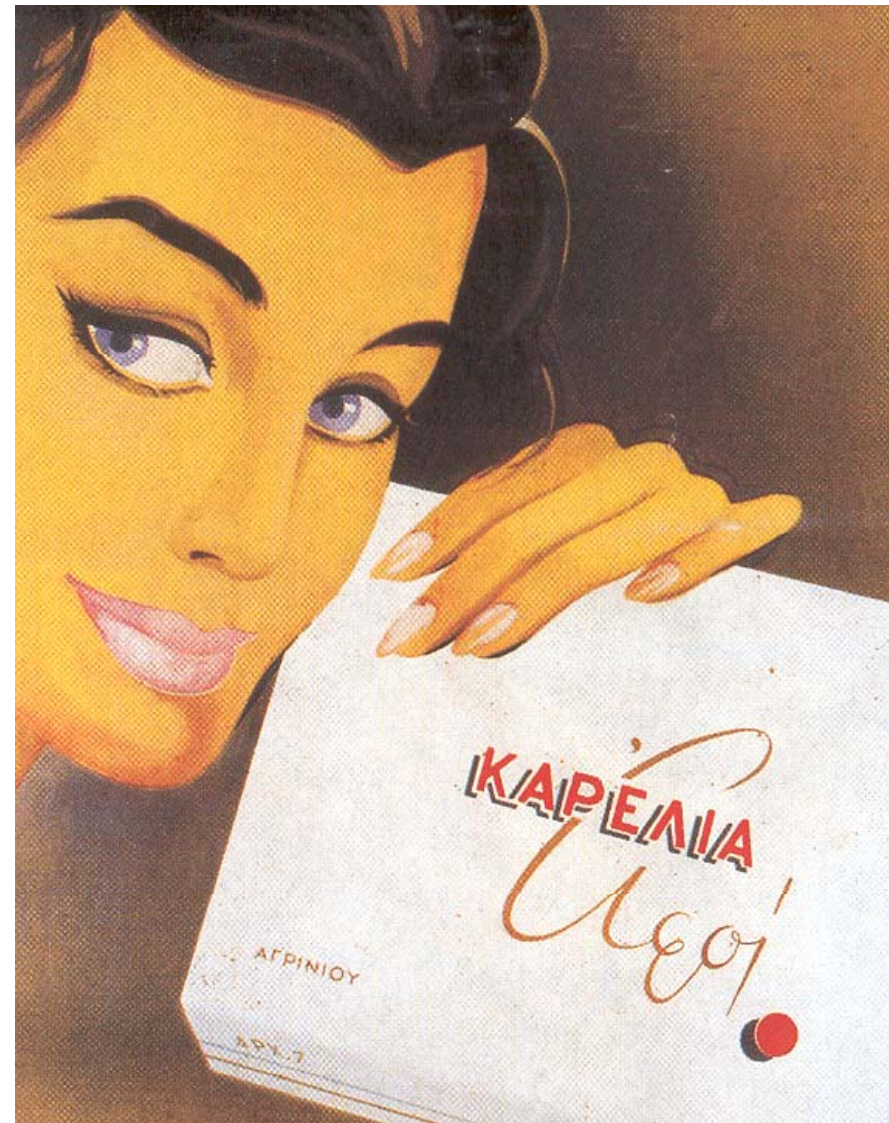
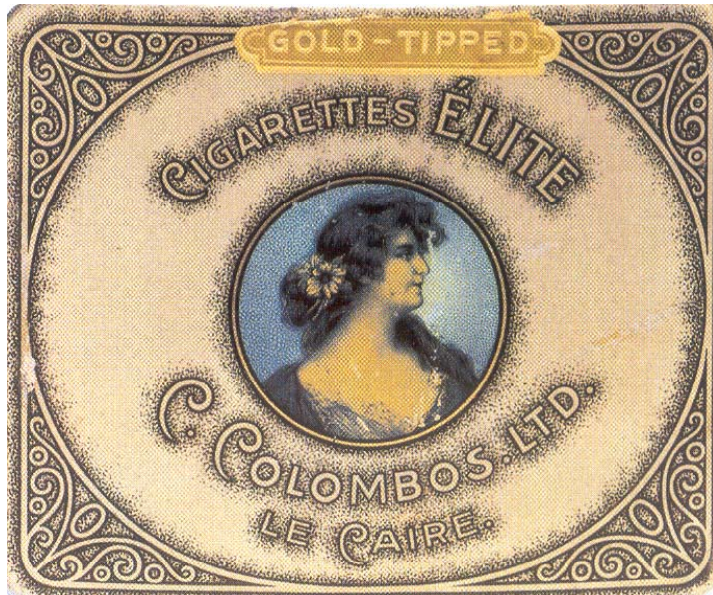
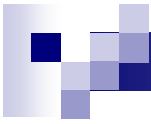
Το κάπνισμα στη θεωρία αντιπροσωπεί:

- **Ελεύθερο πνέυμα**
- **Αντισυμβατικό τρόπο ζωής**
- **Ασυμβίβαστο, ατίθασο χαρακτήρα**
- **Απόλαυση**

«μαγκιά», ανδρισμό, δυναμισμό











Στην πράξη, όμως το κάπνισμα σημαίνει....

- Εθισμό (σωματική και ψυχική εξάρτηση)
- Υποταγή στη διαφήμιση
- Δέσμευση και συνεχής οικονομική επιβάρυνση
- Αδιαφορία για το περιβάλλον και τους γύρω

και το χειρότερο....



Το κάπνισμα σκοτώνει...





1.1 δισ. καπνιστές
(200 εκ. γυναίκες)

• **50%** όσων αρχίζουν το κάπνισμα σε νεαρή ηλικία και συνεχίζουν δια βίου θα πεθάνουν άμεσα ή έμμεσα από αυτό!!!!

Of everyone alive today

500,000,000

Will eventually be killed by tobacco

(WHO International Cardiovascular Disease Statistics – 2002)

Τι Υπάρχει μέσα σε ένα Τσιγάρο;



Μηχανισμοί Δράσης: Πώς το Κάπνισμα Προκαλεί Νόσο



■ Καρκίνος του Πνεύμονα

- Άμεση έκθεση των κυττάρων του αναπνευστικού συστήματος σε δυνητικά μεταλλαξιογόνες και καρκινογόνες ουσίες που βρίσκονται στον καπνό του τσιγάρου

■ Ισχαιμική Καρδιοπάθεια

- Τοξικά προϊόντα στην κυκλοφορία του αίματος δημιουργούν ένα προ-αθηρογόνο περιβάλλον
- Οδηγεί σε ενδοθηλιακή βλάβη και δυσλειτουργία, θρόμβωση, φλεγμονή και ανεπιθύμητα λιπιδαιμικά προφίλ

■ Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ)

- Επιταχυνόμενη έκπτωση της αναπνευστικής λειτουργίας



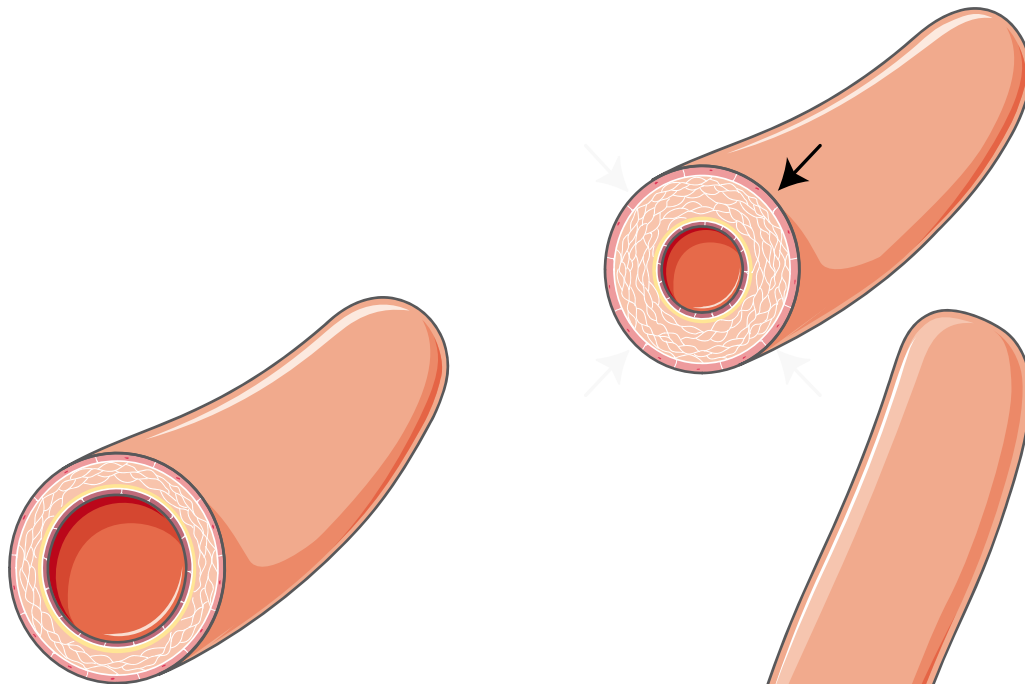
Το κάπνισμα καταστρέφει τα αγγεία
προκαλώντας:



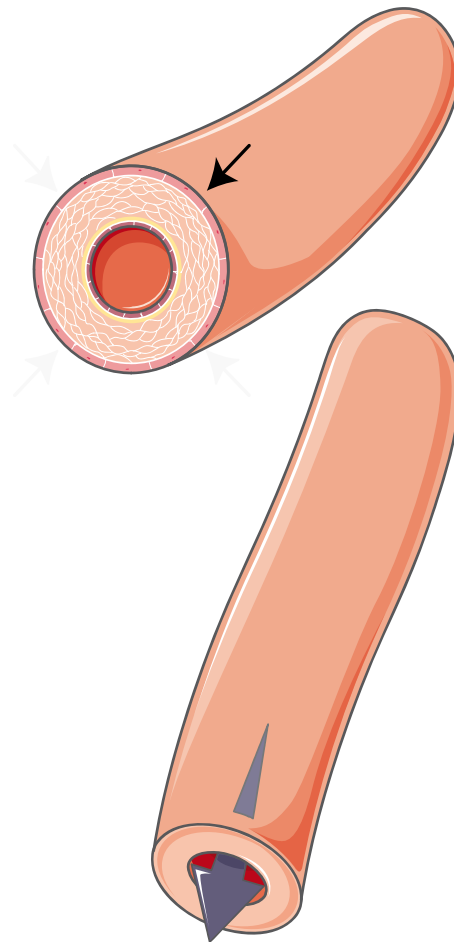
αγγειοσύσπαση

θρόμβωση

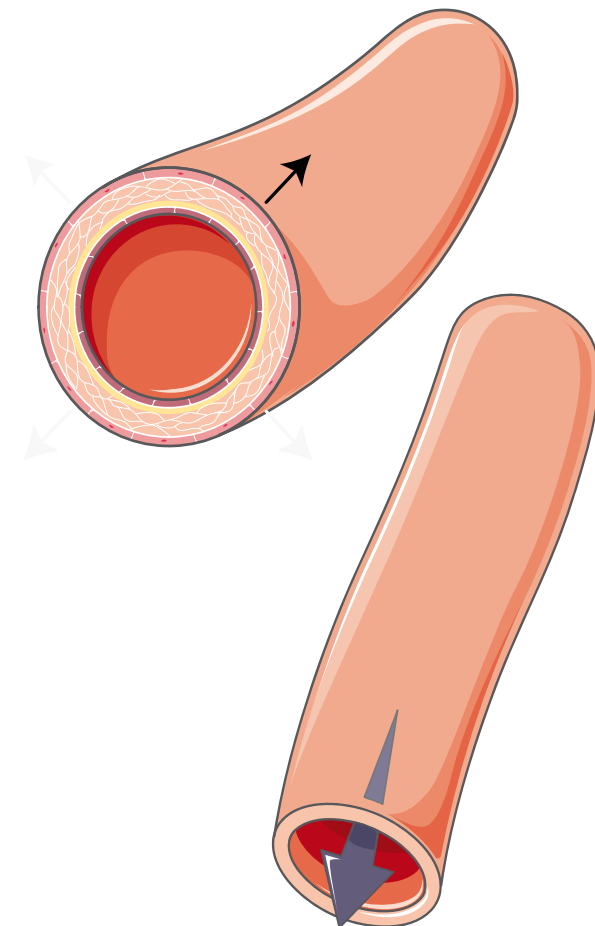
Αγγειοσύσπαση και αγγειοδιαστολή



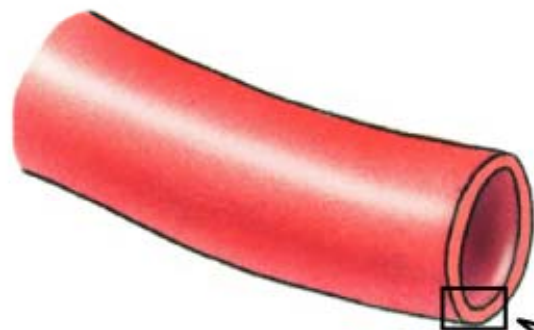
φυσιολογικό



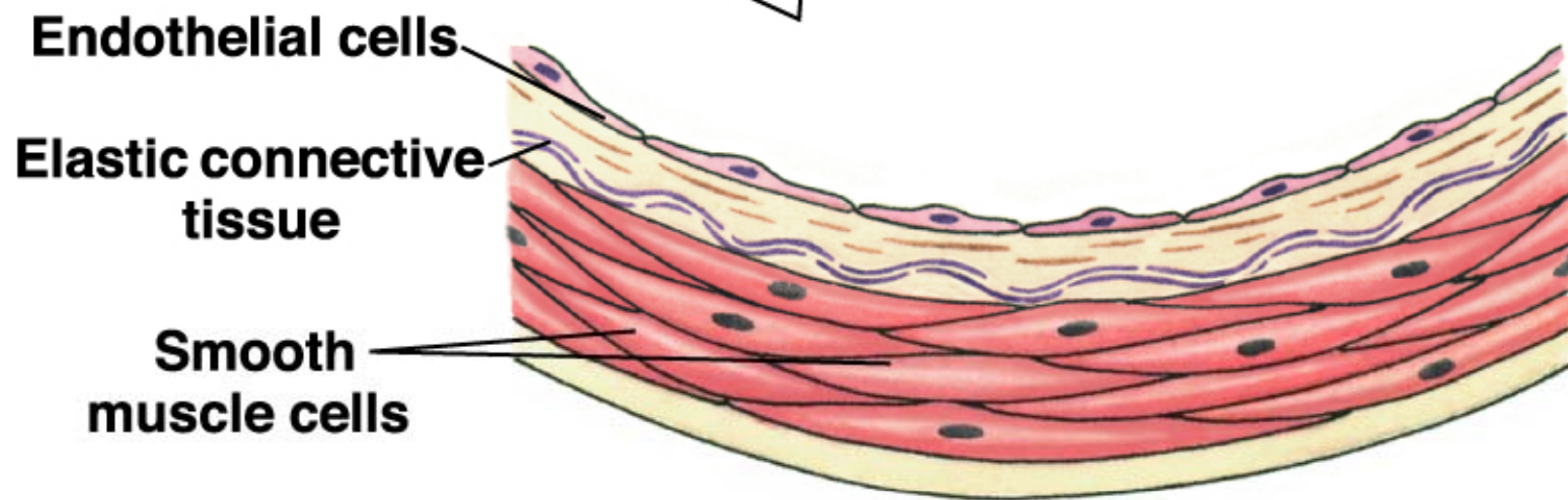
Σύσπαση
<< ροής



Διαστολή
>> ροής



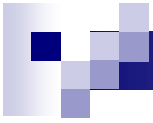
Normal arterial wall



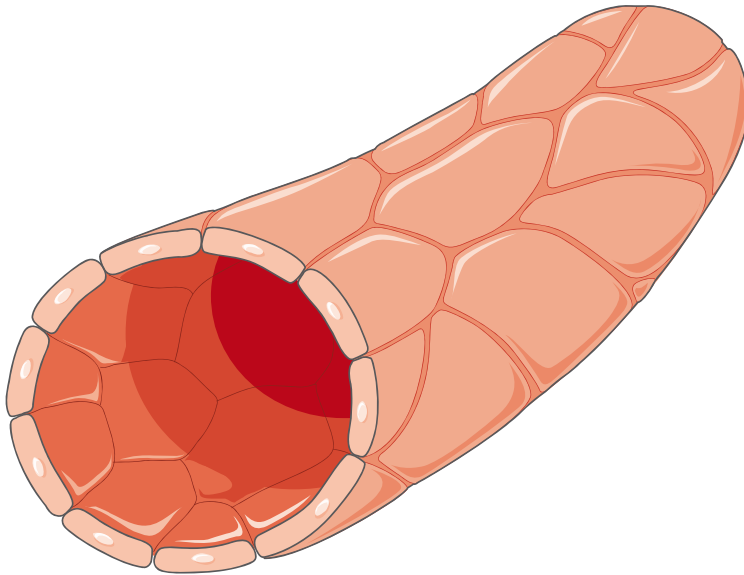


Το ενδοθήλιο:

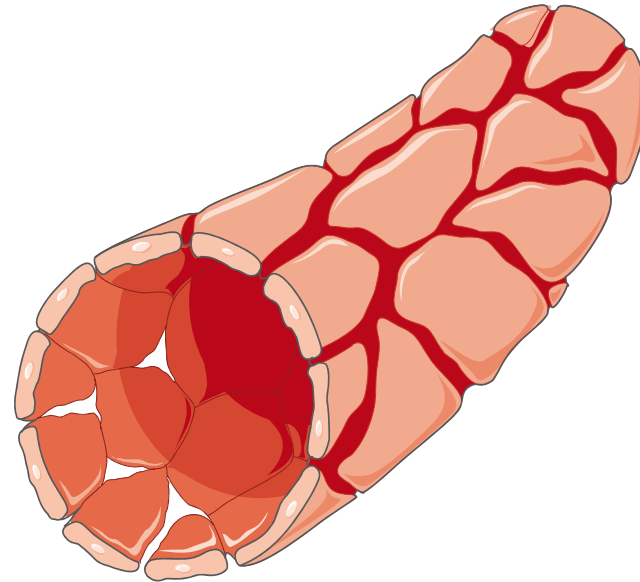
- ***καλύπτει το εσωτερικό των αγγείων
προφυλάσσοντας από τη θρόμβωση***
- ***παράγει το NO, ουσία απαραίτητη
για την διαστολή των αγγείων***



Το τσιγάρο καταστρέφει το ενδοθηλίο

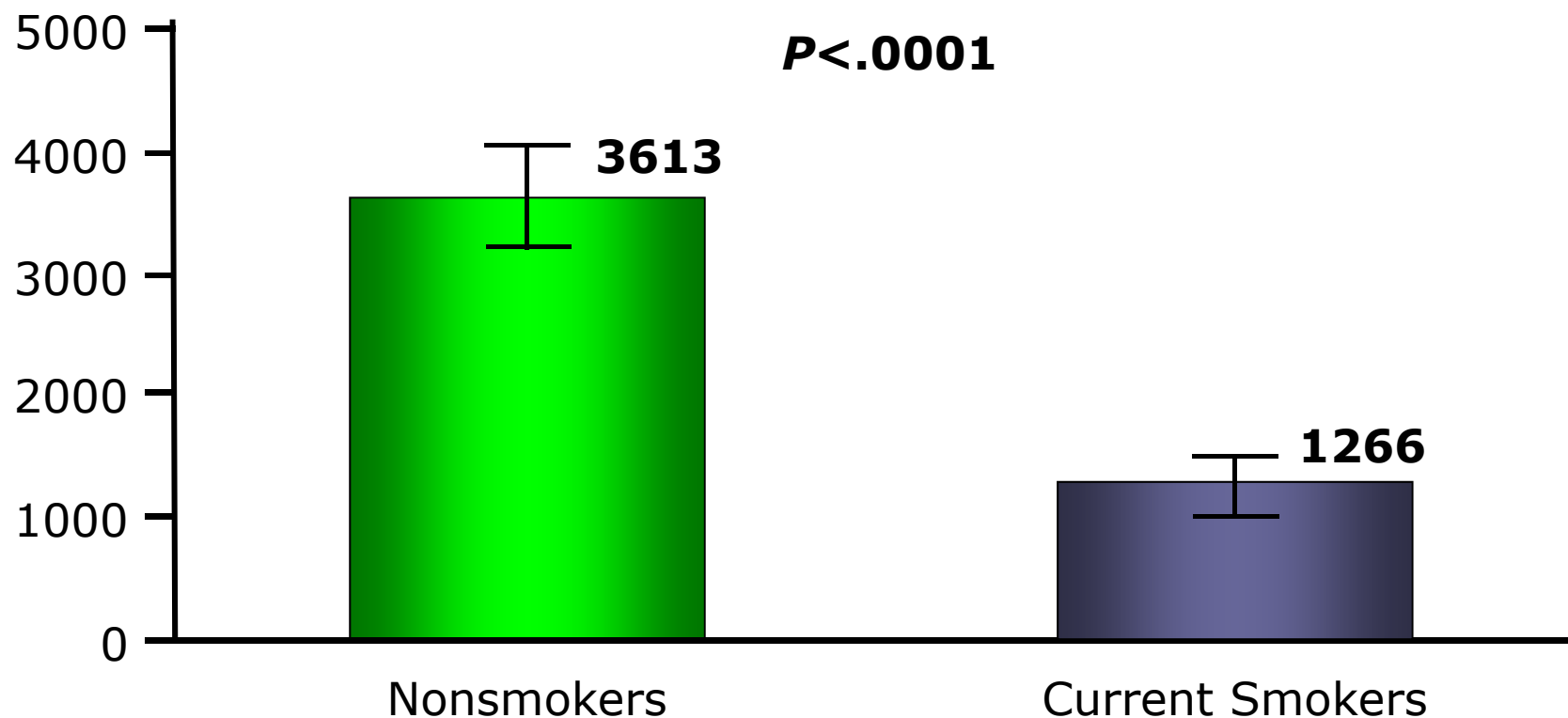


φυσιολογικό

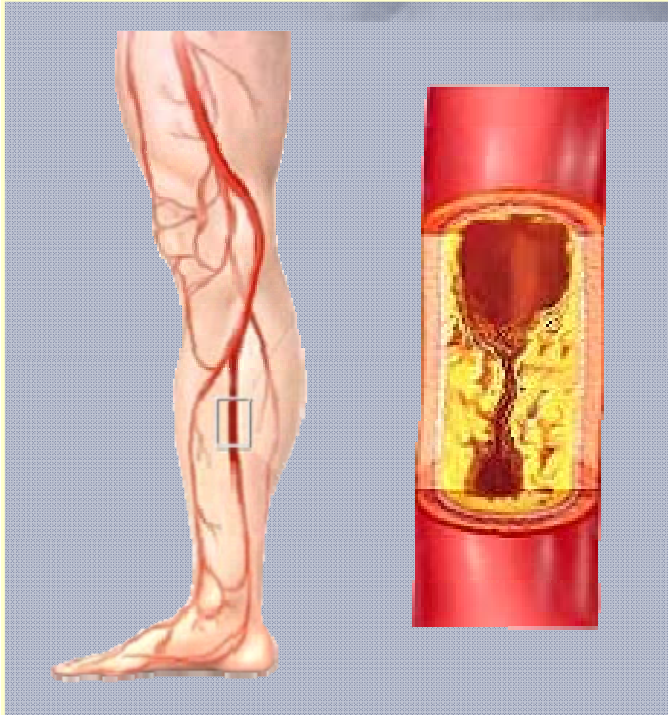
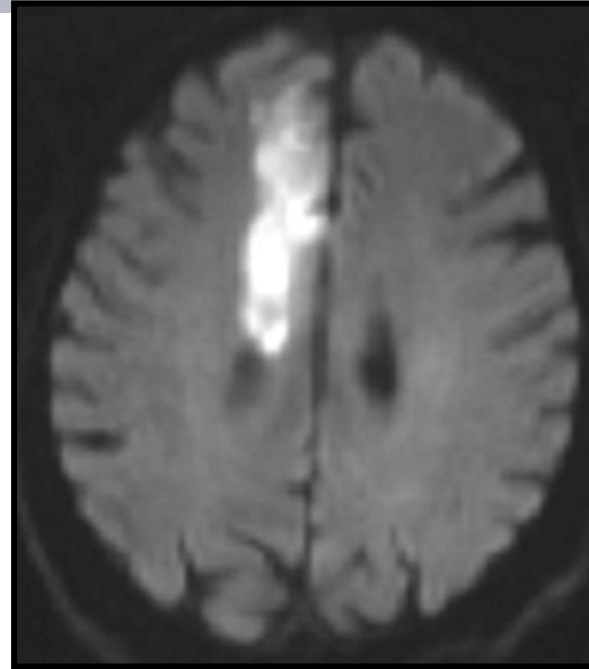
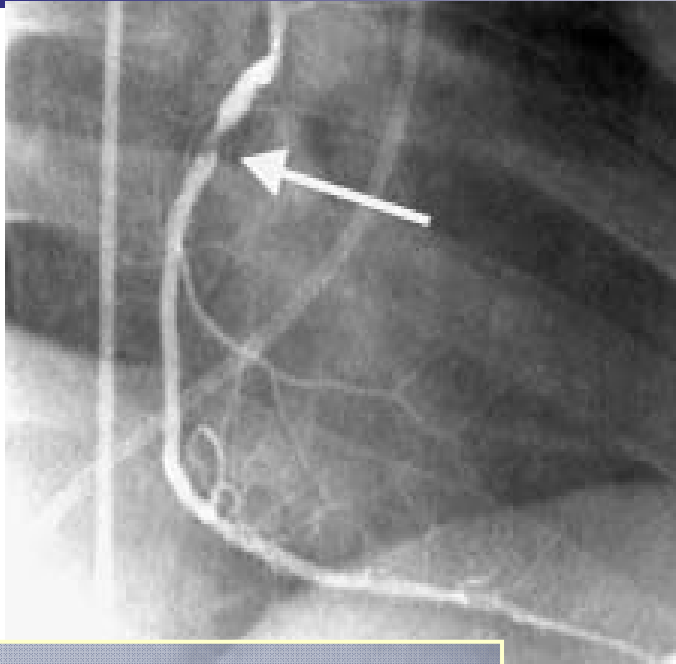
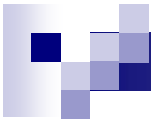


παθολογικό

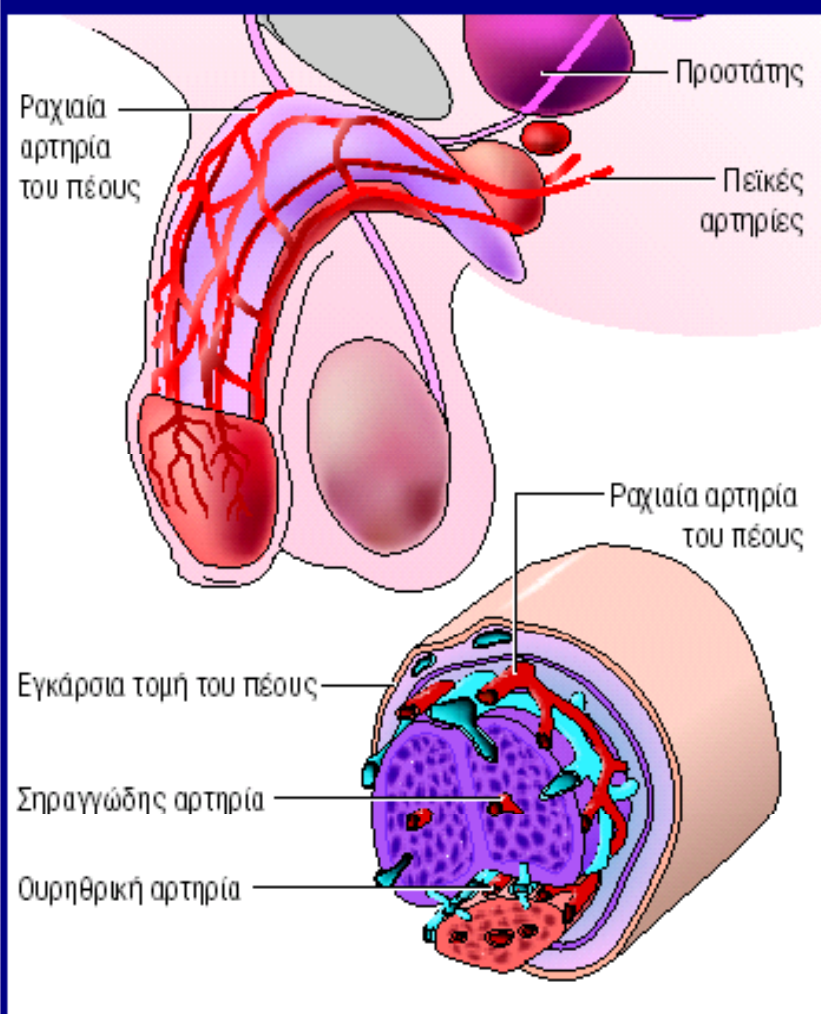
Το κάπνισμα ελαττώνει τα επίπεδα Μονοξειδίου του Αζώτου (NO)



Barua et al. *Circulation*. 2001;104:1905-1910.



Αρτηρίες του πέους

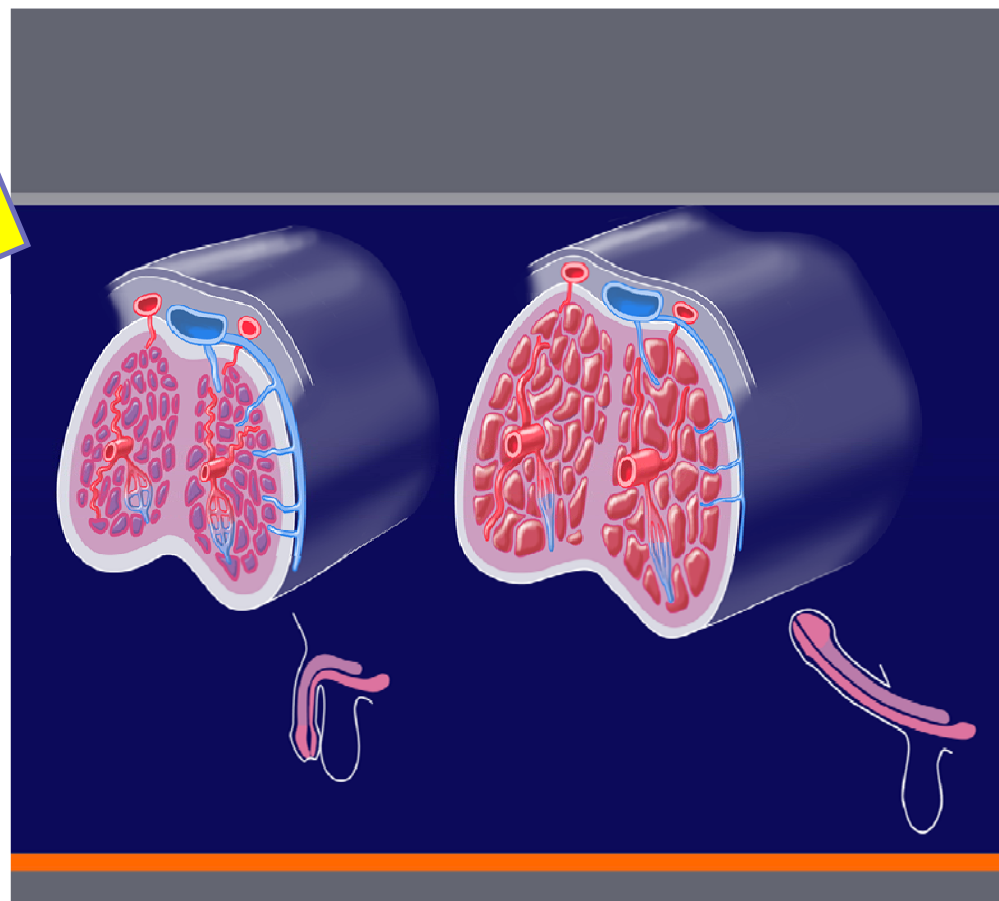


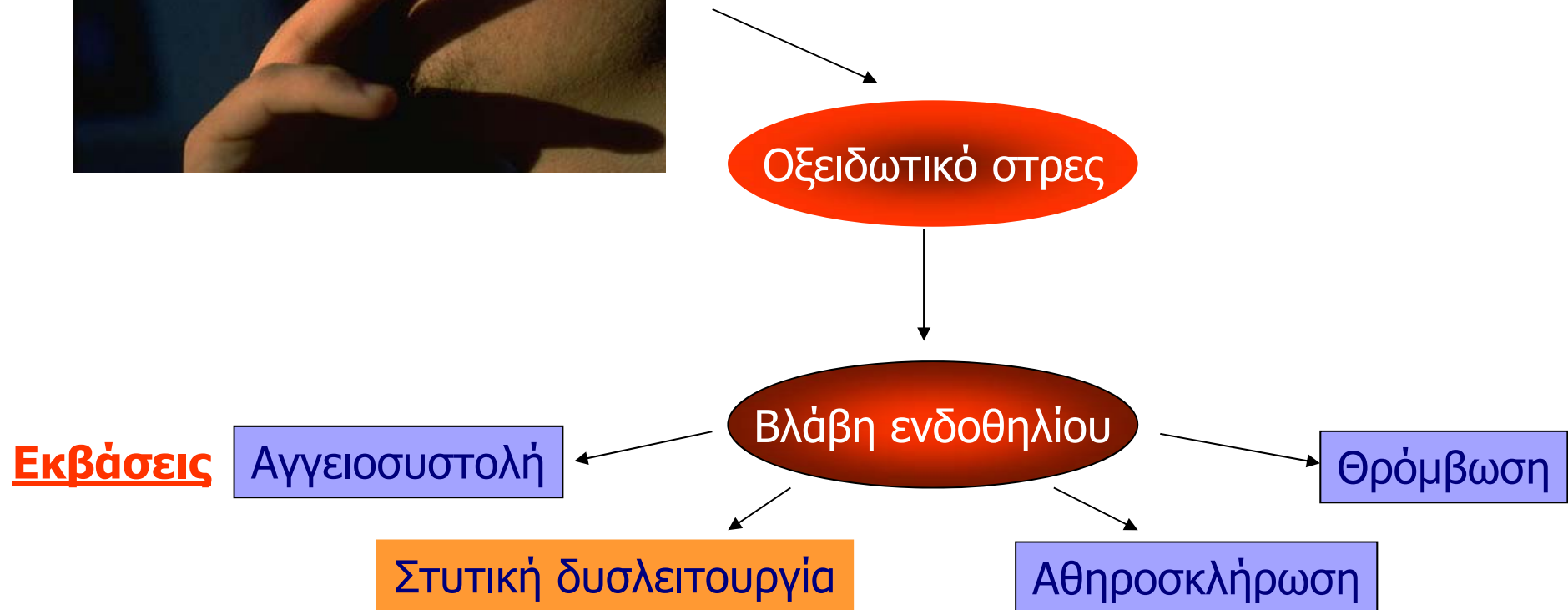
**Η στύση
εξαρτάται άμεσα
από την
κατάσταση των
αγγείων**

Αλυσίδα γεγονότων που προκαλούν τη στύση



Αυξημένη παρασυμπαθητική δραστηριότητα







2003: η στύση σας αντανακλά την υγεία των στεφανιαίων σας

→ **65%- 75%** των ασθενών με στεφανιαία νόσο είχαν στυτική δυσλειτουργία

Solomon H, et al. Am J Cardiol 2003

⇒ **1/2 άνδρες
με αγγειακή στυτική δυσλειτουργία
έχουν στεφανιαία νόσο!**

A photograph of an iceberg floating in the ocean. The tip of the iceberg is visible above the water line, while the much larger, submerged part is visible below. The sky is blue with some clouds. The text is overlaid on the image.

Στυτική Διαταραχή

Ενδοθηλιακή Διαταραχή



Ας δούμε κάποια δεδομένα από έρευνες

περίπου 120,000 άνδρες στην Αγγλία από 30- 40 ετών παρουσιάζουν στυτική διαταραχή λόγω καπνίσματος

μελέτη σε 4,462 άντρες 31 έως 49 ετών στις ΗΠΑ έδειξε 50% αύξηση της πιθανότητας στυτικής διαταραχής σε καπνιστές σε σχέση με μη καπνιστές



Ανάμεσα σε 178 ασθενείς με στυτική διαταραχή στις ΗΠΑ

- το ποσοστό των ενεργών και πρώην καπνιστών ήταν 82% και σημαντικά μεγαλύτερο από το γενικό πληθυσμό (48%)



Νέα Ορλεάνη, Tulane University School of Public Health
4,764 άντρες μέσης ηλικίας 47 ετών

- καπνιστές πάνω από 20 τσιγάρα ημερησίως είχαν 60% περισσότερες πιθανότητες στυτικής διαταραχής από μη καπνιστές.
- 25% από τους καπνιστές είχαν στυτική διαταραχή.
- Πρώην καπνιστές είχαν 30% περισσότερες πιθανότητες στυτικής διαταραχής.



*Οι καπνιστές αντλούν
απόλαυση από το τσιγάρο*



- θα στερηθούν όμως αργά ή γρήγορα άλλων απολαύσεων...

SEX IS LIKE
AIR...
IT'S NOT
IMPORTANT UNTIL
YOU'RE NOT
GETTING ANY





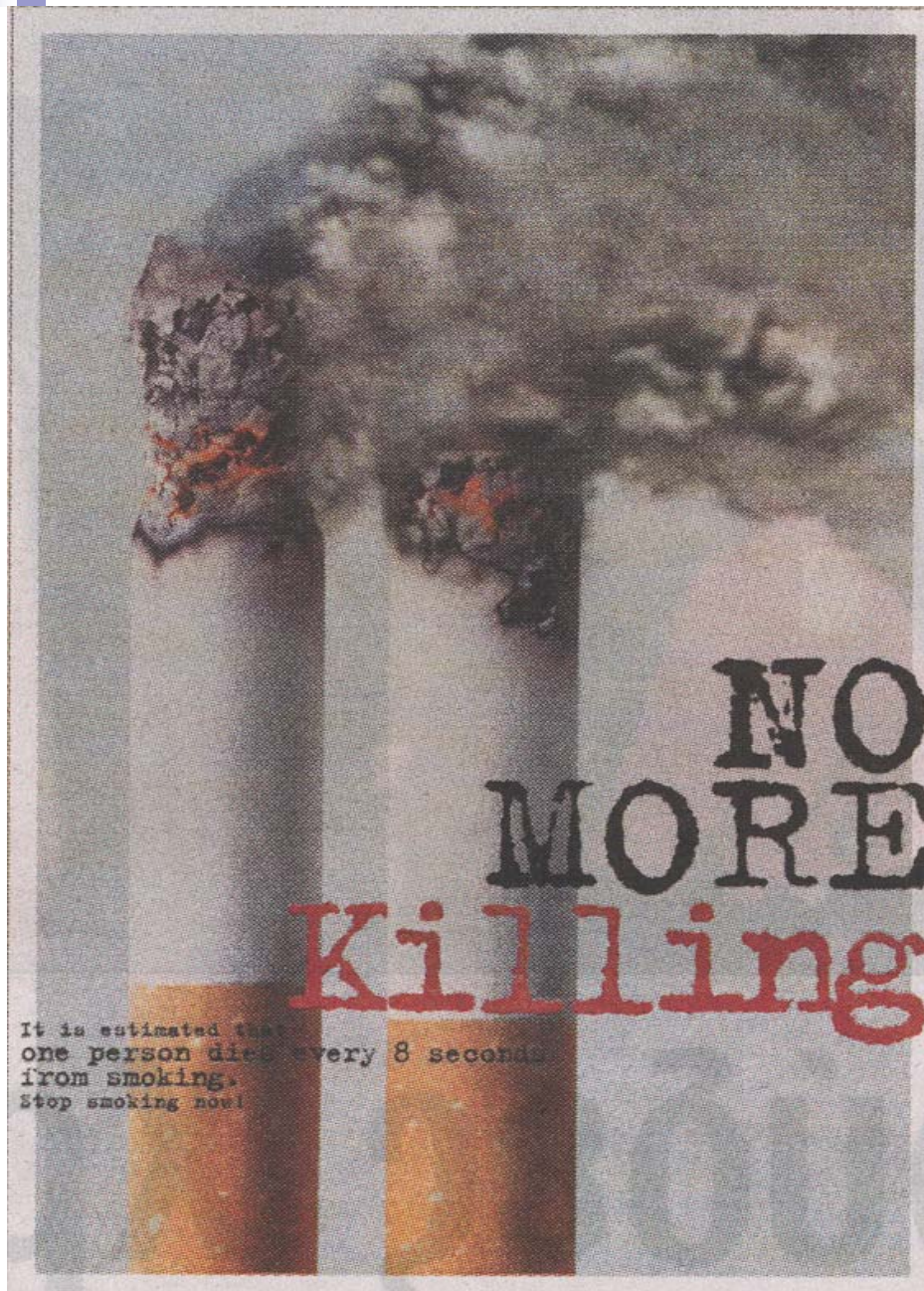
***Προκειμένου, λοιπόν, να
διατηρηθούμε
ακμαίοι ...***

...και ενεργοί





...σαν τους διάσημους
πολιτικούς ...



**Πρέπει να διακόψουμε
το κάπνισμα**

It is estimated that
one person dies every 8 seconds
from smoking.
Stop smoking now!

**να σηκωθούμε από την καρέκλα μας
και να αλλάξουμε διατροφικές συνήθειες**



Αντιμετώπιση Στυτικής Διαταραχής



Scientists prove:

**THE MORE
SEX MEN
HAVE, THE
LONGER
THEY LIVE!**

