

Влияние курения на зрение человека

Состав дыма

В табаке находятся больше тысячи разных соединений. Сотни, из которых представляют собой биологический яд, представляющий опасность для всего здоровья.

Самые токсичные из них:

- никотин;
- уксусная кислота;
- цианиды.
- сероводород;
- оксид углерода;
- аммиак;

Каждое это соединение повреждает один или несколько органов. Для зрительных органов опаснее всего цианид и никотин.

Никотин

Никотин - алкалоид, который содержится в растениях семейства пасленовые. Однако самое большое количество содержится в стеблях и листьях табака. В махорке доля никотина равна 14%, а в высушенных листьях 5%. Ранее алкалоид использовали как инсектицид, потому что он ядовит для насекомых и млекопитающих.

Прежде всего никотин вредит кровеносной системе и вызывает дегенерацию сосудов, из-за чего нарушается кровоснабжение органов. В глазных яблоках и в прилегающих к ним структурах проходят капилляры, артерии, сосуды, которые обеспечивают клетки нужными элементами для правильной работы и кислородом, при этом выводя отходы.

Из-за плохого кровоснабжения может развиваться катаракта конъюнктивит и дефект макулы. Макула — часть сетчатки, которая отвечает за центральное зрение. В ней находятся колбочки — клетки, благодаря которым есть возможность хорошо видеть днем. Любое повреждение молекулы приводит к снижению способности видеть, а курение ведет к ее ухудшению.



Еще одной опасностью для курильщиков является табачная амблиопия. В таком состоянии зрение снижается по причине функционального расстройства, а очками или линзами не корректируется. Накатин имеет влияние и на пассивных курильщиков. Если беременная женщина, например будет курить, шансы появления амблиопии у ребенка возрастут.

Избавиться от табачной амблиопии можно, если человек бросит курить. Иначе он не выздоровит. Большинство курильщиков замечали, что зоркость появлялась снова после отказа от никотина.

Состав табачного дыма зачастую вызывает аллергию, и проявляется она конъюнктивитом. Такие состояния длятся несколько месяцев и поражают оба глаза. Аллергический конъюнктивит вызывает отеки век, боль и зуд в глазах.

Цианиды

Цианидами называют соли синильной кислоты, которые вызывают кислородное голодание тканей. Цианиды попадают в кровь, разрушая нервные клетки глаз. Так как у курящего человека цианиды постоянно попадают в кровь, они не успевают выводиться и вследствие накапливаются. От этого повреждается нервная система, и появляется возможность развития ретробульбарного неврита зрительного нерва. Это самая опасная причина ухудшения зрения у курящих людей.

Полная слепота может появиться из-за оптической нейропатии (атрофии зрительного нерва). Как развивается это заболевание и какое влияние курение оказывает на зрение, не до конца известно. Согласно статистике, слепота в большинстве случаев развивается именно у курильщиков.

Витамины, в частности В12 снижают воздействие дыма на здоровье. Их необходимо принимать, так как отсутствие витаминов делает организм слабым.

В итоге появляются первые симптомы хронического двустороннего ретробульбарного неврита — скотомы.

Если человек каждый день выкуривает одну пачку, постепенно способность различать цвета снижается. Это касается красных, желтых, зеленых, синих оттенков. Такие сведения дал британский журнал *Psychiatry Research*. Эти изменения связаны с вдыханием цианидов, которые вызывают дистрофические процессы.

Кроме этого, у курильщиков теряется контрастность изображения из-за токсичных веществ, которые находятся в дыме. Они повреждают рецепторы сетчатки.

Чтобы предотвратить появление или остановить развитие болезней, связанных с курением, нужно воспользоваться медицинской помощью и отказаться от пагубной привычки.

На глазах сразу сказывается любой сбой в организме. Курение сигарет негативно влияет на всё здоровье, тем более на зрение. Поэтому, отказ от табака стоит того, чтобы в старости сохранилась способность хорошо видеть.