

Sigara ve Alkolün Olumsuz Etkileri

05.07.2024 • • Fen Bilimleri 4

Sigaranın Zararları

- Sigaranın içinde yaklaşık 4000'eşit zararlı madde vardır.**
- Bu maddelerden 81 tanesi kanser yapmaktadır.**
- Sigaranın içindeki nikotin maddesi bağımlılık yapar ve insanlar o yüzden bırakmakta zorlanır.**
- Sigara en bir insanın akciğerleri olumsuz etkilenir. (Kararmaya başlar).**
- Sigarayı bırakmak için "ALO 171" Sigarayı Bırakma Danışma Hattı'nı arayabiliriz.**
- Sigara meyden fakat sigara ile ortamlarda duran kişiye "Pasif İçici" denir. Pasif içici sigara dumanından daha çok etkilenir.**
- Astım, KOAH, akciğer, ağız, yutak ve dil kanseri gibi hastalıkların başlıca nedeni sigaradır.**
- Hamile kadınların sigara enlerinde bebekler hasta doğar.**

Alkolün Zararları

- Alkol, sağlığa zararlı maddelerdendir ve beyin, mide, karaciğer, kalp gibi birçok organa zarar verir.**
- Alkol kullanımı insanlarda denge kaybına, siroz, mide ve karaciğer kanserine, kalp ve damar hastalıklarına neden olmaktadır.**
- Ayrıca alkol kullanımı insanların evresi ve ailesi ile iletişimde bazı sorunlar ortaya çıkarır.**
- Yeşilay, alkol ve sigara (tütün) gibi bağımlılıklarla mücadele eden, halk sağlığı adına çalışmalar yürüten bir sivil toplum kuruluşudur.**
- Aile bütününe zarar verir. Ailelerin dağılma sebebidir.**

Kaynak: <https://halukozyurt.com.tr/konu/sigara-ve-alkolun-olumsuz-etkileri>

PDF çıktısı: 17.04.2026 18:01