Sigara ve Alkolün Olumsuz Etkileri

05.07.2024 • • Fen Bilimleri 4

<h2>Sigaranın Zararları</h2>   <h3>Sigaranın içinde yaklaşık 4000 çeşit zararlı madde vardır. </h3>   <h3>Bu maddelerden 81 tanesi kanser yapmaktadır.</h3>   <h3>Sigaranın içindeki nikotin maddesi bağımlılık yapar ve insanlar o yüzden bırakmakta zorlanır.</h3>   <h3>Sigara içen bir insanın akciğerleri olumsuz etkilenir. (Kararmaya başlar)</h3>   <h3>Sigarayı bırakmak için "ALO 171" Sigarayı Bırakma Danışma Hattı'nı arayabiliriz.</h3>   <h3>Sigara içmeyen fakat sigara içilen ortamlarda duran kişiye "Pasif İçici" denir. Pasif içici sigara dumanından daha çok etkilenir.</h3>   <h3>Astım, KOAH, akciğer, ağız, yutak ve dil kanseri gibi hastalıkların başlıca nedeni sigaradır.</h3>   <h3>Hamile kadınların sigara içenlerinde bebekler hasta doğar.</h3>   <h2>Alkolün Zararları</h2>   <h3>Alkol, sağlığa zararlı maddelerdendir ve beyin, mide, karaciğer, kalp gibi birçok organa zarar verir.</h3>   <h3>Alkol kullanımı insanlarda denge kaybına, siroz, mide ve karaciğer kanserine, kalp ve damar hastalıklarına neden olmaktadır.</h3>   <h3>Ayrıca alkol kullanımı insanların çevresi ve ailesi ile iletişiminde bazı sorunlar ortaya çıkarır.</h3>   <h3>Yeşilay, alkol ve sigara (tütün) gibi bağımlılıklarla mücadele eden, halk sağlığı adına çalışmalar yürüten bir sivil toplum kuruluşudur.</h3>   <h3>Aile bütçesine zarar verir. Ailelerin dağılma sebebidir.</h3>

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

PDF çıktısı: 01.11.2026 00:24