

Les effets et les dangers du tabac

Sur la bouche, le nez et la gorge

La chaleur dégagée par la cigarette abîme les muqueuses de la bouche et du nez. Le fumeur perd une partie du goût et de l'odorat. Sa voix devient plus grave. Enfin, le tabac favorise l'apparition de cancers du larynx, de la bouche et de la gorge.

Sur l'appareil respiratoire

Les fumeurs s'exposent notamment au risque de bronchite chronique. Le malade qui en est atteint a du mal à respirer. En France, cette maladie tue 3 fois plus que les accidents de la route. Le fumeur s'expose aussi au cancer du poumon.

Sur la peau

La fumée de cigarette abîme la peau, mais aussi les ongles et les cheveux.

Sur le cerveau

Le tabac limite l'apport d'oxygène au cerveau. Il est donc responsable de maux de tête, de vertiges et d'une diminution de la résistance à l'effort physique. Il diminue aussi la capacité à se concentrer et la mémoire.

Sur l'appareil digestif

La nicotine contenue dans une cigarette augmente la production des substances acides qui permettent la digestion. Ceci favorise l'apparition d'ulcères, c'est-à-dire de plaies, à l'estomac. En outre, les goudrons contenus dans la cigarette se déposent tout le long de l'œsophage. Le risque de cancer augmente.

Sur le cœur et les vaisseaux

Les substances contenues dans la fumée de cigarette bouchent peu à peu les artères. Fumer augmente donc la pression artérielle, c'est-à-dire que la force qui pousse le sang dans toutes les parties du corps est plus grande. De plus, fumer accélère le rythme cardiaque. En conséquence, les risques de maladies cardiaques, comme l'infarctus, sont 2 fois plus élevés chez les fumeurs.

Sur la vessie et les reins

Les produits toxiques de la cigarette qui passent dans le sang sont filtrés par les reins. L'urine chargée de ces produits reste un temps dans la vessie. Ainsi, ces produits favorisent l'apparition de cancers de ces organes.

À RETENIR

① Le tabac a des effets dangereux sur

③ Il augmente fortement les risques d'infarctus.

④ Il provoque également

. Il diminue

② Il multiplie les risques de

Muqueuse : peau très fine qui protège.

Cancer : maladie très grave, parfois mortelle.

Vaisseau (ici) : canal qui permet au sang de circuler.

Infarctus : grave maladie du cœur.