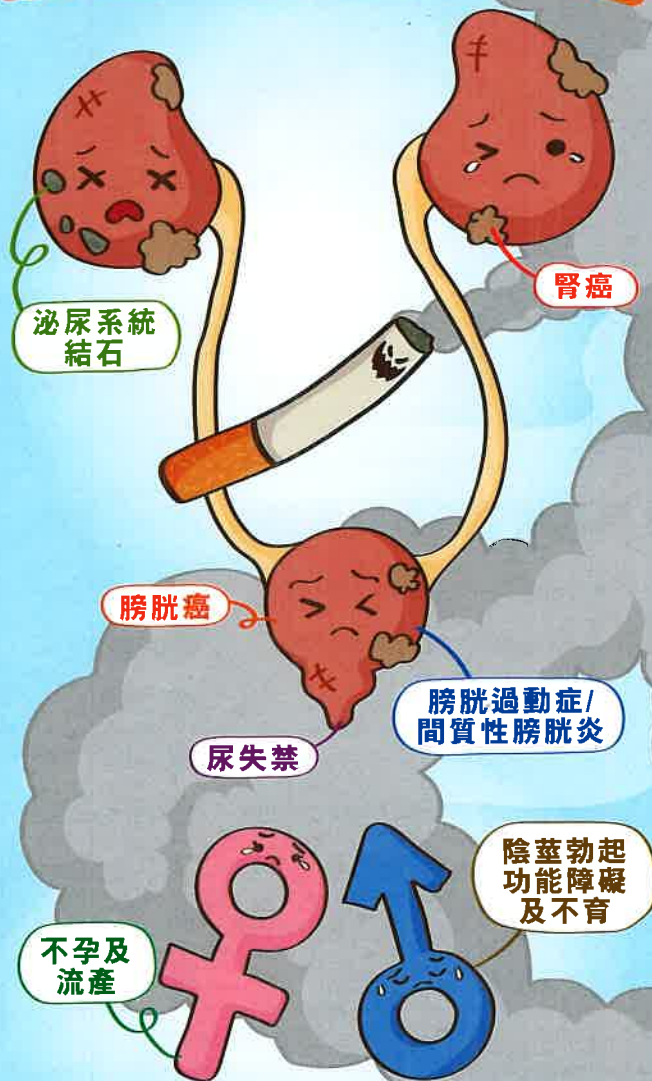


# 吸煙對泌尿系統的影響



# 吸煙對身體的禍害

世界衛生組織指出，吸煙人士平均短15年壽命。新類型煙草產品與香煙一樣有致癌物質，例如**電子煙**、**加熱煙草產品**、**水煙**、**草本煙**和**無煙煙草**等。對人體的禍害與香煙無異。

接觸二手煙等同被動吸煙，身體健康也受到嚴重影響。二手煙含有4000多種的有害物質，比主流煙還要多：有2倍的尼古丁，3倍焦油刺激物，5倍的一氧化碳和50倍的致癌物質。



**焦油**  
含有致癌物質，使肺部失去彈性

**尼古丁**  
影響血管內壁、引致心血管疾病，血管收窄、血壓上升、心跳加速、心肌梗塞及腦中風、糖尿；腦部神經損傷會導致腦細胞麻痺

**一氧化碳**  
妨礙氧氣輸送，降低運動能力，影響智力及記憶力

吸煙未必會直接導致死亡。但它會引起不同的泌尿系統疾病，增加泌尿系統患癌症的風險，而香煙的有害物質有很多要經由尿液排出，尤其煙中的尼古丁會刺激膀胱肌壁內層從而引致各種小便問題！

# 腎癌



腎癌多發生於男性，高危因素包括年齡、肥胖、遺傳因素和吸煙。吸煙時，煙霧被吸入肺部，再進入血液，然後被腎臟過濾。這些有害化學物質會影響腎臟健康，增加患腎癌的風險。

早期腎癌可能沒有任何症狀，隨著腫瘤慢慢變大，病人會出現血尿、腰痛及腹部腫塊等症狀。等到腫瘤更進一步擴散，有些病人會有疲倦、食慾不振、體重減輕、貧血、發燒等症狀。當病人因為出現這些症狀去就醫時，大多數已是腎癌的中後期。



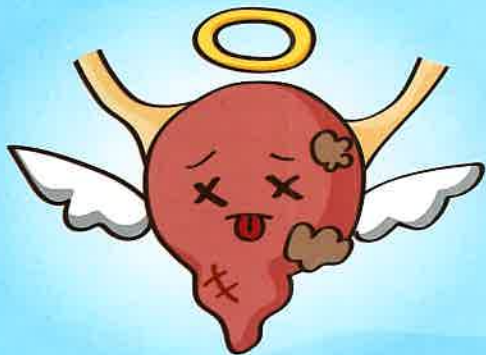
# 泌尿系統結石

腎結石是晶體物質(如鈣、草酸、尿酸等)在尿液中結晶所致，主要與飲食習慣和不規律飲水有關。吸煙可以破壞人體的營養成份，阻止人體對維生素的吸收，而香煙中的**自由基**，令損傷的腎小管上皮細胞變得不再「光滑順暢」，容易在局部誘發尿液中礦物質結晶的形成。吸煙時每一口香煙的煙霧中含有2千萬億個自由基，大大增加患腎結石的風險。



當腎結石從腎臟掉落到輸尿管時，會造成輸尿管阻塞。這時患者會產生強烈的腰疼痛、盜汗、目眩、噁心、嘔吐、腹部悶痛、血尿和感染等。

## 膀胱癌



香煙的致癌物質會經尿液中排出，膀胱內壁亦因此長期暴露於致癌物質中，令患膀胱癌的風險增加。根據世界癌症研究基金會顯示，吸煙者患膀胱癌的機率是不吸煙者的兩倍以上，煙癮愈嚴重，吸煙時間愈長，吸煙年齡愈早者，發生的機率愈高。癌症治療後，吸煙者也比不吸煙者有較高的復發機會。



如病人診斷為入侵性膀胱癌，病人需要接受膀胱切除手術，同時需要在腹部開造口，引流尿液，或用腸臟再造人造膀胱代替。較晚期的膀胱癌病人，可能要接受化學療法或免疫治療，病人可能要承受更多治療後的副作用及因膀胱癌死亡。

## 膀胱過動症/間質性膀胱炎

煙中的尼古丁會刺激膀胱肌壁並引致膀胱不穩定，膀胱收縮加劇會引致尿急、尿頻、夜尿或急迫性尿失禁等問題。如有間質性膀胱炎患者，吸煙更加是間質性膀胱炎症狀惡化的誘因之一，患者下腹會有壓力感，逐步演變為膀胱疼痛、骨盆疼痛，影響生活質素。煙癮越嚴重，尿急、尿頻情況就越嚴重。

## 陰莖勃起功能障礙及不育

香煙中的尼古丁會抑制血管平滑肌的擴張，損壞血管內皮細胞的功能，導致陰莖血液供應不足，造成陰莖無法健全勃起。研究顯示，吸煙者男性陰莖勃起不全的機率是不吸煙者的1.4倍。



吸煙會影響男性精子的數量、形狀、活動力，而且香煙中的尼古丁也會影響男性精子的形態學和精子的密度，造成男性不孕。而戒煙亦是治療方法之一。

## 不孕及流產



吸煙者的不孕率是不吸煙者的兩倍。吸煙過程中產生各種有毒的氧活性物質干擾精子與卵子的結合，造成不正常的胚胎，導致不孕。女性吸煙者流產機會，較非吸煙人士高十倍。懷孕期間吸煙，會減少激素的產生，影響子宮環境，而且吸煙會減低輸送給胎兒的血液和氧份，增加流產的機率，孩子出生缺陷的機率也更高。

## 尿失禁



吸煙還會令吸煙者出現慢性咳嗽，令腹部壓力增加而導致壓力性尿失禁。而尿失禁往往會影響患者情緒，嚴重時更會影響患者的社交生活。

## 結論



請認清煙草對人體及泌尿系統之禍害，並拒絕所有形式吸煙。為了維護你和你家人泌尿系統的健康和身體健康，應該盡早戒煙。如果你是吸煙者，請諮詢你的醫護人員有關戒煙的方法。

## 醫院管理局新界西聯網



- |                     |             |
|---------------------|-------------|
| 1. 屯門醫院日間醫療中心8樓27室  | ☎ 2920 5091 |
| 2. 屯門屯利街仁愛分科診所3樓    | ☎ 2452 0332 |
| 3. 屯門診所             | ☎ 2452 9111 |
| 4. 屯門湖康診所           | ☎ 2458 3788 |
| 5. 元朗賽馬會健康中心普通科門診   | ☎ 2443 8511 |
| 6. 元朗容鳳書健康中心2樓      | ☎ 2443 6250 |
| 7. 天水圍(天業路)社區健康中心2樓 | ☎ 3124 2300 |
| 8. 天水圍健康中心(天瑞路)     | ☎ 2448 5511 |

(請親身或致電中心預約)

