

Jeg skriver denne mail med et spørgsmål til lovgiverne i Danmark da jeg undres.
Hvorfor er cigaretter og alkohol stadig lovligt i Danmark? Nedenfor har jeg givet lidt information videre til jer om emnet:

Tal og fakta om alkoholisme

Over halvdelen af voksne danskere mener, at alkoholforbruget er for højt i Danmark.

800.000 danskere har et storforbrug af alkohol.

585.000 danskere har et skadeligt alkoholforbrug.

140.000 danskere er afhængige af alkohol.

122.000 børn vokser op med forældre med et alkoholmisbrug.

TUBA siger, at dette tal ligger på mindst 200.000.

Konsekvenser og sygdomme ved alkoholisme

- Demens og hjernebødning
- Depression og angst
- Kræft i mund og hals
- Brystkræft
- Svag hjerte-muskel
- Fosterskader
- Fedtlever
- Skrumpelever
- Kræft i leveren
- Nedsat potens og fertilitet
- Betændelse bugspytkirtel
- Forhøjet blodtryk

Dertil er alkohol også kædet sammen med en række følgesygdomme, blandt andet i:

- Lungerne
- Skelettet
- Mavearmsygdomme
- Hjertekarsygdomme
- Leversygdomme
- Skader i hjernen
- Kræft /kræftsygdomme
- Hjerneskade
- Balancebesvær
- Angst
- Depression
- Stofskifte

- Immunforsvar

Lidt fakta fra Sundhedsstyrelsen.

- Ca. 3.000 dør hvert år på grund af alkohol
- 7.300 skadestuebesøg
- 87.000 ambulante besøg
- 36.000 hospitalsindlæggelser årligt
- Blandt de 35-54 årige mænd skyldes ca. hver tredje dødsfald alkohol

Begrundelser fra 15-16 årige unge for at drikke alkohol

86% af unge drikker, fordi det er sjovt

79% af unge drikker, fordi det gør festen bedre

60% af unge drikker for at blive beruset

38% af unge drikker for ikke at føle sig udenfor

Skader ved rygning

Akutte gener og skader

Alle former for rygning skader kroppen.

Rygning medfører:

- irritationer slimhinderne i næse og svælg
- svie i øjnene
- kløe i halsen, hæshed
- hoste og hovedpine
- dårlig ånde
- dårligere lugte- og smagssans
- gule tænder

Rygning skader både rygere og ikke-rygere, hvis de opholder sig i røgfyldte rum.

Luftveje

Rygning skader også dine luftveje.

Dine luftveje er beklædt med små fimrehår, der sorterer støv, bakterier og andre fremmedlegemer fra, når du trækker vejret.

Fimrehårene fungerer som et rensesystem. Hvis du ryger, ødelægger tobakstjæren dit rensesystem, og den kræftfremkaldende tjære har fri adgang til din strube, dit svælg og dine lunger.

Lungerne

Hver gang du trækker vejret, får kroppen den nødvendige ilt gennem blodet.

Hvis du ryger, kommer der flere tusinde stoffer ned i dine lunger.

Et af stofferne er bl.a. tjære, der med tiden gør lungernes små tynde luftblærer stive og ødelægger dem.

Skaderne medfører ofte sygdommen KOL, der mærkes ved, at du hoster slim op og har sværere ved at trække vejret.

Tjære er kræftfremkaldende og risikoen for lungekræft er dramatisk større.

Hjertet

Hjertets vigtigste opgave er at pumpe blod rundt i kroppen.

Ved rygning kommer hjertet på overarbejde, fordi nikotinen og kulilten får pulsen til at stige og blodtrykket stiger. Hjertet skal arbejde hårdere for at få den samme mængde ilt transporteret rundt i kroppens celler.

Rygning forkalker de små blodkar rundt om hjertet - de bliver mindre, og det gør det sværere for iltten at nå hjertet. Det øger risikoen for at få blodpropper - og i værste fald kan det give hjertestop.

Blodkredsløbet

Når du ryger, løber kulilten rundt i hele kredsløbet og forkalker blodårerne. Det hæmmer blodstrømmen til hjertet, og øger risikoen for skader i blodårerne.

Kulilte gør det også sværere for blodet at optage den nødvendige ilt, fordi kulilten tager pladsen i blodet fra iltten.

Din kondition bliver også dårligere, når du ryger.

Huden

Mange får grå og kedelig hud af at ryge.

Nikotinen får de små blodkar i blodårerne til at trække sig sammen. Det betyder, at der kommer mindre blod ud til hudens yderste lag, og de får en lavere hudtemperatur.

Nervesystemet

Nikotin er en nervegift, der påvirker dit centralnervesystem.

Giftten passerer også gennem moderkagen hos gravide, og får fosterets hjerte til at slå hurtigere.

Nikotin skaber uorden i nervesystemet, og det betyder blandt andet, at hjernen ikke reagerer på kroppens signaler, som f.eks. sult og træthed.

Nikotin i større mængder nedsætter også reaktionshastigheden.

Kræft

Kræft opstår, når der sker permanente fejl i cellernes arveanlæg, også kaldet mutationer.

Risikoen for at få kræft stiger for hver gang, der sker en mutation i en celle. Det er derfor kræfttrisikoen stiger, jo ældre man bliver.

De fleste mutationer sker, når vi udsættes for kræftfremkaldende stoffer, og her spiller tobak en meget stor rolle.

Meget tyder også på, at tjære i tobak forstærker effekten af andre kræftfremkaldende stoffer som f.eks. asbest og alkohol.

Dødsfald ved rygning

Risikoen for sygdom stiger jo mere man har røget, og jo flere år man har røget.

En person, der ryger 15 cigaretter eller derover om dagen, forkorter sin levetid med 8-10 år i forhold til en der aldrig ryger. Der er også større risiko for at udvikle forskellige sygdomme pga. rygningen.

- Ca. 85 % af alle tilfælde af kroniske lungesygdomme
- Ca. 85 % af alle lungekræfttilfælde
- Ca. 23 % af alle hjerte-kar-sygdomme er forårsaget af rygning.

Ca. 13.600 personer dør årligt på grund af deres rygning og ca. 2000 dør årligt af passiv rygning, viser tal fra Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet.

Kilder:

<https://amisbrugsbehandling.dk/alkoholmisbrug/alkoholraadgivning/statistik-og-tal-om-alkoholisme.html>

<https://www.lunge.dk/rygning/viden-skader-ved-rygning>

**Jeg glæder mig til at høre fra jer.
Mvh Paw Lihn.**