



# Perokok Aktif (Dan Pasif) Wajib Waspada



Setiap tahun, sekitar **225.700** orang di Indonesia meninggal akibat merokok atau penyakit lain yang berkaitan dengan tembakau. Memang, zat kimia di dalam rokok dapat mengakibatkan sederet penyakit yang cukup berbahaya, antara lain:

## Kanker

30-90% kasus penyakit kanker dialami oleh perokok aktif dan pasif. Asap rokok meningkatkan risiko infeksi virus dan merangsang sel-sel di tubuh tumbuh abnormal menjadi sel kanker.

## Arteriosklerosis

Nikotin mempercepat penyumbatan arteri yang disebabkan oleh penumpukan lemak. Ini akan menimbulkan jaringan parut dan penebalan arteri yang menyebabkan arteriosklerosis atau pengerasan pada pembuluh darah.

## Impotensi

Bagi laki-laki berusia 30 hingga 40-an tahun, merokok bisa meningkatkan risiko disfungsi ereksi sekitar 50%.



## Penyakit jantung

Nikotin dan karbon monoksida dalam asap rokok mempercepat kerja jantung dan meningkatkan tekanan darah hingga menyebabkan serangan jantung. Sebagian besar penyakit jantung koroner juga disebabkan oleh rokok.

## Penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)

80% kasus PPOK, dikenal juga dengan istilah bronkitis kronik dan emfisema, disebabkan oleh rokok. Tandanya adalah aliran udara yang lemah dan masalah pernapasan jangka panjang seperti sesak nafas dan batuk berdahak.

## Gangguan medis lainnya

Seperti hipertensi (tekanan darah tinggi), gangguan kesuburan, memperburuk asma dan radang saluran napas, degenerasi makula (hilangnya penglihatan secara bertahap), katarak, masalah gigi dan gusi, hingga sariawan di usus.

Sumber: who.int, detik.com



Mandiri Inhealth



Mandiri\_Inhealth\_