

CÙNG TÌM HIỂU MỨC ĐỘ TỔN HẠI CƠ THỂ DO RƯỢU BIA VÀ THUỐC LÁ GÂY RA

Bạn có thể nghĩ rằng chỉ một điếu thuốc lá không thể gây hại gì. Tuy nhiên, trong thực tế, theo các tính toán mới, một điếu thuốc có thể cướp mất gần 14 phút tuổi thọ của người hút.

>>> Check tác hại của rượu bia đến từng bộ phận cơ thể

Đồ họa mô tả lượng thời gian sống bị mất đi mỗi lần con nghiện hút thuốc hoặc sử dụng chất kích thích.

Treatment4addiction, một trang web mới lập nhằm cung cấp cho mọi người thông tin về các chứng nghiện, đã tính toán xem mọi người sẽ mất bao nhiêu năm tuổi thọ nếu tiếp tục thói quen nghiện hút thuốc lá, uống rượu bia và sử dụng các chất gây nghiện như cocaine, methamphetamine, methadone hay heroine.

Đồ họa mô tả lượng thời gian sống mà mỗi con nghiện bị tước đoạt trung bình mỗi ngày vì hút thuốc, uống rượu bia hoặc dùng chất kích thích. Trong đó, kết quả phụ thuộc chủ yếu vào tổng kê tổng liều dùng chất kích thích hoặc chất gây nghiện trung bình mỗi ngày, chẳng hạn như một kẻ ghiền cocaine dùng 6,6 liều/ngày hay một người nghiện thuốc lá hút tới 20 điếu/ngày, cũng như không tính đến các hậu quả tiêu cực tích tụ theo thời gian.

Các chuyên gia của Treatment4addiction phát hiện, thường xuyên hút 20 điếu thuốc mỗi ngày sẽ khiến một người giảm tới 10 năm tuổi thọ. Người nghiện rượu bia sẽ tự cắt giảm của mình tới 23 năm sống trên dương thế, trong khi những kẻ "ghiền" cocaine mất tới 34 năm tuổi thọ.

Nhóm nghiên cứu giải thích về phương pháp tính toán của họ.

Các con nghiện mephamphetamine sống trung bình chỉ tới năm 36,8 tuổi. Các con nghiện heroin cũng đoán thọ tương tự, và tính trung bình qua đời khi mới 37,5 tuổi.

Người hút 20 điếu thuốc lá/ngày dự kiến sẽ chết khi gần 69 tuổi, tức là mất 10 năm tuổi thọ.

Nhóm nghiên cứu của Treatment4addiction cũng đã tính toán số phút hoặc số giờ sống mà mỗi liều chất kích thích đã "cướp" đi của một con nghiện. Kết quả hé lộ, một liều cocaine đẩy kẻ dùng thường xuyên tiến 5 phút gần hơn tới cái chết, trong khi một viên methadone cắt giảm gần 13 giờ đồng hồ sống của con nghiện.

Người nghiện rượu bia bắt đầu thói quen uống rượu cồn lúc 16 tuổi, mất 6,6 giờ sống mỗi lần uống và tổng cộng mất 23 năm tuổi thọ.

Theo các nhà nghiên cứu, các kết quả tính toán trên được thực hiện dựa vào dữ liệu từ các nguồn chính thống, kể cả Trung tâm kiểm soát và phòng chống dịch bệnh Mỹ (CDC), Cơ quan quản lý các dịch vụ sức khỏe tâm thần và lạm dụng chất, cũng như Cơ quan An toàn giao thông hệ thống đường cao tốc quốc gia Mỹ.

Một người dùng cocaine dài hạn sẽ mất 5,1 giờ sống cho mỗi liều dùng 150mg. Trung bình, 1g cocaine mỗi ngày sẽ khiến họ chết khi mới 44,5 tuổi, tức là mất gần 34,5 năm tuổi thọ.

Jake Tri, quản lý dự án Treatment4addiction tiết lộ, trang web này được lập ra sau khi những người phát triển nghe được các bình luận về số thời gian sống mất đi do việc hút một điếu thuốc, và muốn tìm ra con số chính xác. Họ đã đối chiếu kết quả tính toán theo phương pháp của mình với các số liệu thống kê từ Đại học Bristol (Anh) và phát hiện, chúng xấp xỉ nhau với các chênh lệch bắt nguồn từ việc họ sử dụng các nguồn của chính phủ Mỹ, thay vì các số liệu thống kê của Anh.

Con nghiện mephamphetamine hít 5,3 lần/ngày và sẽ chết khi mới 37 tuổi, giảm gần 53% tuổi

thọ.

Jake Tri nói thêm rằng, phương pháp tính toán của ông và các cộng sự đưa ra một con số ước tính, thay vì một số chính xác.

Con nghiện methadone sẽ mất 38 năm tuổi thọ cho thói quen dùng 4 viên chất kích thích/ngày.

Chuyên gia này giải thích, điều này là vì, để đưa ra một bản đánh giá chính xác 100% về lượng thời gian sống mà một người bị mất sau khi hút một điếu thuốc hoặc uống một chén rượu, bia đòi hỏi quá nhiều yếu tố. Trong khi đó, phương pháp luận của họ chỉ sử dụng dữ liệu về tuổi thọ và việc hút thuốc hoặc dùng chất kích thích tính theo mức trung bình.

Con nghiện heroine sẽ giảm tới 52% tuổi thọ sau trung bình 14,5 năm sử dụng chất kích thích. Liều dùng heroine thông thường gồm 3 lần tiêm/ngày sẽ khiến họ mất đi 68,4 giờ sống mỗi ngày.

Tiêu đề đã được khoa học.tv đổi lại.