

# HÚT THUỐC LÚC ĐÓI NGUY HIỂM HƠN BÌNH THƯỜNG

Độ độc hại của thuốc lá trở nên rất cao nếu như người ta hút vào buổi sáng sớm, khi chưa ăn uống gì.

Thuốc lá sẽ độc hại hơn nếu hút khi đói bụng. (Ảnh minh họa)

Các nhà khoa học Mỹ đã kiểm tra số lần hút thuốc của hơn 250 nghiện trong một ngày, để xác định cái hại của việc hút thuốc thông qua việc đo lượng nicotin - chất được khẳng định là nguyên nhân gây ung thư phổi - trong máu họ.

Kết quả là ở những người hút thuốc ngay khi vừa ngủ dậy thì hàm lượng nicotin trong máu lên tới 1180 nanogram/mililit. Trong khi đó với những người cứ hút nửa giờ một lần thì hàm lượng nicotin trong máu họ chỉ dao động trong khoảng 16ng/ml. Nồng độ chung của nicotin không phụ thuộc vào số lượng điếu thuốc cũng như độ nặng nhẹ của loại thuốc mà họ hút trong ngày.

Với những người tuy không nghiện nhưng đôi khi cũng hút thì mức độ có hại của điếu thuốc (tức lượng nicotin trong máu) hút vào buổi sáng chưa ăn uống gì còn phụ thuộc vào chủng loại (độ nặng nhẹ) của điếu thuốc này. Ngoài ra, nguy cơ ung thư phổi cao cũng xuất hiện ở nhiều người nếu hút thuốc - dù chỉ thỉnh thoảng hút một điếu - vào lúc sáng sớm.