

心臟病與循環系統

吸入菸霧後由於尼古丁影響神經系統，會引致心跳加速及血管收縮、血壓上升這兩種即時反應；而增加高血壓及血管堵塞的機會。

菸霧中的一氧化碳減低血液攜氧能力，心臟需要更大的能量才能供應足夠氧氣。吸菸同時亦對血液造成長久影響，血液中的膽固醇及纖維蛋白素原增加，因而容易造成血凝塊阻塞血管，引起心肌梗塞。

吸菸者的體內暗藏許多毒素，造成體內的氧化壓力；容易引發心血管疾病與癌症。吸菸引致的疾病包括：冠狀動脈心臟病（冠心病），動脈瘤，末梢血管病(PVD)，中風、血管週邊疾病、破壞血液循環系統，甚至導致柏格式症(Buerger' s disease)造成壞疽(身體組織的壞死)而截肢..等等。

吸菸令膽固醇上升，而吸菸者血液中高物度膽固醇(好膽固醇)與低密度膽固醇(壞膽固醇)比例較非吸菸者低；吸菸亦會增加纖維蛋白素原(一種令血液凝固的蛋白質)，令血液更具黏性；以上所有因素增加血液流動的困難，血塊有可能會於較狹窄的血管內形成，繼而引發心臟病及中風。

參考資料：香港吸煙與健康委員會(<http://www.smokefree.hk>)