

## Rokok

Written by Administrator

Wednesday, 28 October 2015 01:04 - Last Updated Wednesday, 28 October 2015 03:38

---



### Apa itu merokok?

*Merokok secara aktif :*

Menyedut asap rokok aliran utama dengan cara menghisap rokok yang dinyalakan.

*Merokok secara pasif*

Menyedut asap rokok aliran sisi dan asap rokok aliran utama yang dihembus keluar perokok aktif

## **Rokok**

Written by Administrator

Wednesday, 28 October 2015 01:04 - Last Updated Wednesday, 28 October 2015 03:38

---

### **Sejarah penggunaan tembakau**

1. Merokok telah diamalkan beribu tahun sejak zaman Firaun dan Mesir purba
2. Diperkenalkan oleh "Indian Amerika" dan dibawa ke Eropah pada abad ke 16
3. Cara penggunaan tembakau adalah pelbagai antaranya disedut melalui hidung, dihisap melalui mulut dan ada juga mengunyah tembakau
4. Kini telah wujud dalam semua budaya di dunia

### **Apa yang ada di dalam asap rokok**

- Tar, sejenis bahan kimia yang mengganggu paru-paru dan boleh menyebabkan barah.
- Nikotin, sejenis dadah yang berbahaya kepada jantung dan sistem saraf.
- Karbon Monoksida, sejenis gas beracun yang mengurangkan bekalan oksigen kepada badan
- Bahan Kimia, yang menyebabkan barah

## Rokok

Written by Administrator

Wednesday, 28 October 2015 01:04 - Last Updated Wednesday, 28 October 2015 03:38

---

Nikotin :

1. Sejenis dadah yang menyebabkan ketagihan.
2. Nikotin bertindak terhadap otak – merangsang sistem saraf dan menimbulkan keseronokan.
3. Sangat bahaya kepada jantung dan sistem saraf ; bertambahnya denyutan jantung, mengecutkan saluran darah dan menaikkan tekanan darah
4. Penyebab sindrom tarikan /gian (badan lemah, tidak bermaya, mengantuk) jadi terus merokok
5. Menenangkan fikiran, menambah tumpuan terhadap kerja

Kesan karbon monoksida :

1. Komponen terbanyak, ganggu sistem pernafasan & pengoksidaan, menjejaskan otak, penglihatan dan otot
2. Mengurangkan keupayaan darah membawa oksigen ke tisu menyebabkan kurang nafas & cepat letih

# Rokok

Written by Administrator

Wednesday, 28 October 2015 01:04 - Last Updated Wednesday, 28 October 2015 03:38

---

3. Pening kepala

4. Fungsi jantung & otot menurun

5. Kematian perinatal meningkat

6. Mental bayi terencat

