停止抽菸能改善記憶力 (253字)

中時電子報 2012年11月4日

一名五十歲的病人抽菸抽了三十年，不僅體力變得很差，生活上老是忘記事情，記憶力變得很不好，導致影響到工作。但是經過醫院治療和戒菸三個月以後，病人的體力與記憶力越來越好，也讓工作表現恢復以前的樣子了。

醫生說，香菸裡面的尼古丁會讓人覺得舒服、愉快，但是長期刺激的話會造成腦部傷害，導致衰退情形提早發生，記憶力大幅下降。

抽菸會大幅增加很多慢性疾病發生的機會。例如有個病人就是輕忽抽菸造成的長期咳嗽，看醫生時發現不僅得了慢性肺病，也發現出現記憶力持續變差的狀況，幸好花了三個月戒菸，才讓病人的身體慢慢變好、恢復健康。

改寫自中時電子報21011104

http://tw.news.yahoo.com/%E5%BF%98%E6%9D%B1%E5%BF%98%E8%A5%BF-%E8%80%81%E8%8F%B8%E6%A7%8D%E6%88%92%E8%8F%B8%E6%81%A2%E5%BE%A9%E8%A8%98%E6%80%A7-213000628.html