**口音：越南**

**性別：男性**

**年齡：21**

**主題：唸稿式〈停止抽菸能改善記憶力〉**

**錄製時間：2022.12.12**

停止抽菸能改善記憶力

一名50歲的病人抽菸抽了30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3個月後，3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會讓人覺得舒服偷快，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。抽菸會大幅增加很大慢性疾病疾病發生的機會。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。