# 初二年级下苏教版三单元作文：吸烟的害处作文

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2023-12-09

*现在男子吸烟已经成为潮流，世界有13亿多烟民，其中超过四分之一是中国人。如今中学生在厕所吸烟并不罕见，殊不知吸烟有害健康。有很多成年人将吸烟有害健康这句话理解为“吸烟有害还健康”，实际上这句话的真正意义是吸烟对健康有害。人体血液中含有血红蛋...*

现在男子吸烟已经成为潮流，世界有13亿多烟民，其中超过四分之一是中国人。如今中学生在厕所吸烟并不罕见，殊不知吸烟有害健康。有很多成年人将吸烟有害健康这句话理解为“吸烟有害还健康”，实际上这句话的真正意义是吸烟对健康有害。

人体血液中含有血红蛋白，学过生物的人都知道血红蛋白能与氧气结合或分离，但很少有人知道它也能与一氧化碳结合，而且结合能力很强，是氧气的200--300倍，而且一旦结合便不容易分离，吸入大量一氧化碳人就会因缺氧窒息而死亡。这就是煤气中毒的原因(煤气中含有一氧化碳)。人在一氧化碳总浓度在百分之0.02的空气中持续两个小时就会出现中毒症状。香烟的烟气中含有几百种有毒有害物质，其中就有一氧化碳。

除了一氧化碳，香烟中还含有尼古丁和含有强烈致癌物苯并芘、二恶英的焦油。有人曾用小白鼠做过实验：把60支香烟的烟气浓缩后让小白鼠吸入，结果小白鼠因窒息和中毒而死亡。还有人把400支香烟的烟草浸泡在水里，水变成黑色后把它里面含有的水分蒸发掉后锅底沉积了很多黑色的焦油。这些黑色物质除了焦油之外还有剧毒物质尼古丁等几百种有害物质。

吸烟的害处可不仅仅是中毒这么简单。

一包香烟的价格大约是20元，每包一般20支。按每天抽一包来计算，20年一共抽掉14.6万元。即使你不追求名烟，抽每包十元的普通香烟(同样每包二十支，每天抽一包)，20年也要抽掉7.3万元!可见，香烟还危害人们的钱财。

更可怕的是，你抽掉的是你的生命!据研究，每抽一支香烟可缩短五分钟寿命，也许有人会问五分钟算不了什么，但每一秒累加起来就会变成一小时，每小时累加起来就会变成一天。按每天抽一包香烟(20支)计算，每天缩短生命100分钟，一年就要缩短大约26天，一个烟民从25岁抽到55岁，每天抽一包香烟，就要少活两年。所以，吸烟会对生命造成严重的危害!吸烟者吸入的尼古丁和焦油会沉积在肺部，久而久之就会酿成肺癌。

综上所证，烟草属于一种强烈的致癌物，长期吸烟等于花钱买罪遭。

禁止吸烟，有利于身体健康、家庭幸福!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找