Многие люди довольно часто задают вопрос: «Как именно курение влияет на потенцию?», ведь около этой темы уже много лет идут дискуссии. Если присмотреться, то можно убедиться в том, что курение снижает половую активность. Это объясняется тем, что у курильщиков происходит спазм сосудов. Во время курения сосуды сжимаются и это продолжается некоторое время после курения, таким образом у постоянных курильщиков спазм сосудов длиться очень долго. Длительный спазм сосудов приводит к тому, что питательные вещества перестают поступать в организм. Для начала это оказывает влияние на ткани, которые питаются от мелких кровеносных сосудов, в том числе и на половом члене.  
Затем начинаются проблемы с эрекцией, сигналом к которым служит перебой с утренней эрекцией. Кровеносный застой в малом тазу может служить причиной появлению воспаления предстательной железы, а следовательно и аденомы простаты.  
Многие мужчины считаю, что проблемы с потенцией свойственны в зрелом возрасте, но это далеко не так. Проблемы с потенцией могут вызваны и у молодых курильщиков. Масштабные исследования учёных в этой сфере доказали, что ежедневное курение приводит к снижению потенции, не зависимо от возраста, к годам всё только ухудшается.