

مقدمه:

مصرف دخانیات به عنوان مهمترین عامل خطر بیماریهای غیر واگیر، سالانه موجب مرگ ۸ میلیون نفر از مردم جهان میشود.

از نظر خطرات سلامتی، قرار گرفتن در معرض دود دخانیاتی که ناشی از مصرف اطرافیان است، تفاوتی با استعمال دخانیات توسط خود فرد ندارد، زیرا دود منتشره از ماده دخانی، حاوی گازهای سمی و سرطانزا، مواد آلاینده و فلزات سنگین است.

انواع مواد دخانی:

گروه تدخینی(دود زا): مانند سیگار، سیگار برگ،

پیپ، قلیان، چپق، سیگار دست پیچ

گروه غیر تدخینی (بدون دود): مانند ناس، قلیان الکترونیک، سیگار الکترونیک و دستگاه های گرم کننده تنباکو (IQOS)

استعمال دخانیات: هر گونه مصرف مواد دخانی از قبیل دود کردن، مکیدن، جویدن یا استنشاق.

دود دست اول: بخشی از دود است که از درون مواد دخانی به ویژه قلیان وارد دهان و ریه فرد مصرفکننده میشود و موجب بروز بیماری در فرد مصرفکننده میشود.

دود دست دوم: دودی است که به طور مستقیم از نوک روشن و در حال اشتعال مواد دخانی و یا از بازدم فرد مصرف کننده

که به دنبال پک زدن به مواد دخانی، از ریه او خارج میشود و وارد محیط میگردد. این دود توسط اطرافیان فرد مصرف کننده استنشاق میشود.

دود دست سوم: ذرات و سموم دود مواد دخانی به ویژه قلیان است که در هوا منتشر شده و روی اشیاء و لباس و موی فرد مصرف کننده مینشیند و اگر افراد در تماس با این اشیاء قرار گیرد، آلاینده ها وارد بدن آنان میشود.

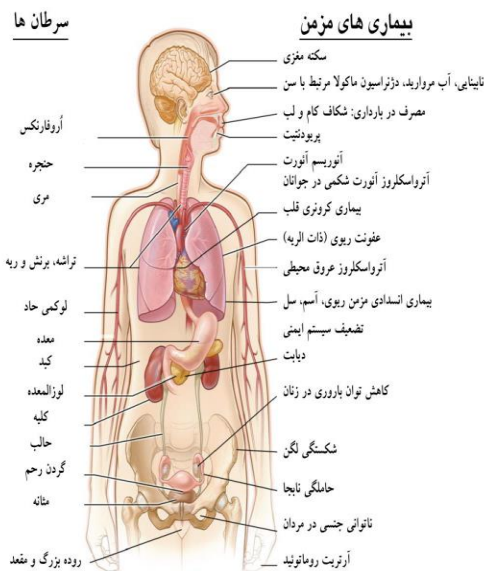
عوارض سلامتی مرتبط با مصرف

تدخینی دخانیات

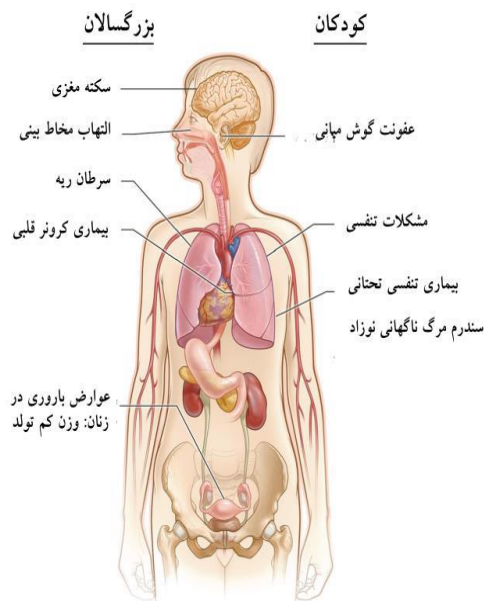
بیش از ۳۰۰۰ مواد شیمیایی در برگ تنباکو و افزون بر ۷۰۰۰ مواد شیمیایی در دود تنباکو موجود است که حداقل ۷۰ ماده شیمیایی سرطان زا است

مصرف تنباکو و انواع آن تقریباً به تمام دستگاههای بدن آسیب می رساند. در جمعیت هایی که در چند دهه اخیر استعمال دخانیات امری متداول بوده، ۹۰ درصد سرطان ریه، ۱۵ تا ۲۰ درصد سایر سرطان ها، ۷۵ درصد برونشیت مزمن و آمفیزم و ۲۵ درصد مرگ و میر ناشی از بیماری های قلبی عروقی در سنین ۳۵ تا ۶۹ سال ناشی از مصرف مواد دخانی بوده است. کودکان و زنان بیشترین قربانیان مواجهه با دود دست دوم دخانیات هستند. مواجهه با دود دخانیات مهمترین عامل در ایجاد سندرم مرگ ناگهانی نوزاد است و عامل شناخته شده در بروز عفونت گوش میانی، آسم و خسرخس سینه در کودکان است.

بیماریهایی از قبیل حملات آسم، آبریزش از چشم و بینی و عفونت گوش میانی در فرزندان افراد مصرف کننده مواد دخانی بیشتر است.



عوارض سلامتی مرتبط با مصرف تدخینی دخانیات



عوارض سلامتی مواجهه با دود دست دوم دخانیات



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان جوادالائمه (ع)

کاهش و کنترل مصرف دخانیات

تهیه کننده	زهرانجفی کارشناس پرستاری
سال تهیه	بهار ۱۴۰۳
منبع	سایت دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات
تأییدکننده	دکتر فاطمه گریست متخصص داخلی

همچنین سیگار شانس موفقیت درمان های ناباروری را کاهش می دهد. این اثرات حتی زمانی که خود بیمار سیگار نمی کشد ولی مکرراً در معرض دود سیگار قرار دارد (دود دست دوم سیگار)، نیز باعث ایجاد ناباروری می شود.

تبعات حاد و چندگانه بهداشتی مصرف قلیان

برخلاف بسیاری عقاید و باورهای سنتی، دود منتشره از قلیان حاوی مقادیر بیشماري مواد سمی میباشد. این مواد به عنوان عوامل اصلی بروز سرطان ریه، بیماریهای قلبی، عروقی و سایر بیماریها شناخته شدهاند. از آنجاییکه نیکوتین موجود در دود حاصله از

مصرف قلیان همانند سایر مواد دخانی اعتیادآور است، مصرف متناوب آن ایجاد وابستگی مینماید.

میزان نیکوتین دریافتی در افراد مصرف کننده قلیان، به اندازه ای است که ایجاد وابستگی میکند. بنابراین می توان نتیجه گرفت مصرف کنندگان قلیان با استنشاق مقادیر بسیار زیادتیر دود برای دریافت دوز کافی نیکوتین، خود را در معرض مقادیر زیادتیر مواد

شیمیایی سرطان زا و گازهایی خطرناک همچون منواکسید کربن قرار میدهند.

تنباکوی معسل/معطر حاوی ۷۰ تا ۸۰ درصد مواد

افزودنی و اسانس و ترکیبات شیمیایی است. برخی از مردم به اشتباه فکر میکنند به دلیل داشتن طعم و بوی میوهایی یا گیاهی مفید بوده و یا بی خطر است، در حالی که این نوع تنباکوها حاوی مقادیر بسیاری مواد

سمی و سرطان زای قطعی و فلزات سنگین میباشد. لازم به ذکر است مواجهه با برخی مواد موجود در قلیان مانند بنزن طی سه تا پانزده سال باعث بروز سرطان به خصوص سرطان خون می شود و بیشترین راه جذب آن از طریق تنفس است.

عوارض اجتماعی مصرف مواد دخانی

-الگو برداری کودکان از والدین

-افزایش گرایش مصرف در نوجوانان و جوانان

-جذب کننده افراد به طرف مواد مخدر

-از بین رفتن وابستگی های عاطفی در خانواده و گسستگی خانواده

-کاهش کیفیت زندگی و از دست دادن موقعیت های شغلی

-تأثیر نگران کننده کشت توتون بر زنان و کودکان بر اساس آمار ۱۲ کشور عمده تولیدکننده تنباکو

-عوارض مصرف مواد دخانی بر باروری

سیگار:

سیگار اثر منفی زیادی بر سلامت باروری دارد. مدت زمان لازم برای باردار شدن یک خانم سیگاری دو برابر یک خانم غیر سیگاری

است.. سیگار کشیدن مردان و زنان (هر دو) باعث کاهش باروری می گردد.

-کاهش خون رسانی به رحم و تخمدان ها

-افزایش خطر بیماری های لوله های رحمی و بارداری خارج از رحم

-افزایش میزان سقط خود به خودی

کاهش تعداد اسپرم (نطفه مرد)

- کاهش حرکت و کیفیت اسپرم