

مقدمه

استعمال دخانیات به طور جدی بر روی وضعیت جسمانی فرد تأثیر میگذارد و بدن را در برابر بیماریها ضعیف میکند.

انواع فرآورده های دخانی شامل سیگار، پیپ، قلیان، تنباکوی جویدنی و سیگار برگ می باشد.

استفاده از تنباکو و خصوصاً استعمال سیگار از بیشترین دلایل سرطانهای منجر به مرگ است. نباید فراموش کرد که مصرف تنباکو به روشهای مختلف علاوه بر سرطان ریه می تواند منجر به بروز سرطان های متعدد در اعضای مختلف بدن شده، سلامتی فرد و در نتیجه سلامتی جامعه را به خطر اندازد.

علاوه بر اینها کشیدن سیگار موجب ایجاد بیماریهای مزمن، بیماریهای قلب و عروق، سکته و آب مروارید و ... نیز میباشد.



با مصرف هر نخ سیگار، فرد سیگاری با سه نوع پدیده اصلی بیماری زا در سیگار روبرو می شود::

(۱) سمیت حاد یا فوری مثل تنگی نفس بعد از سیگار کشیدن

(۲) سمیت مزمن یا طولانی مدت مثل سرطان ریه

(۳) اعتیاد به مواد اعتیاد آور موجود در سیگار مانند نیکوتین

نیکوتین موجود در دود سیگار موجب افزایش واضح ضربان قلب و بالارفتن فشار خون می شود. دود قلیان نیز از این امر مستثنی نیست و آسیب های فراوانی را به همین ترتیب بر فرد مصرف کننده و اطرافیان وی وارد می کند.

بیماری های قلبی- عروقی، سکته مغزی، بیماری های تنفسی و بسیاری از بیماری های کشنده در اثر استعمال دخانیات دیر یا زود در افراد سیگاری و افرادی که با آنها زندگی می کنند، اتفاق می افتند.

استعمال دخانیات روند تصلب شرایین را تسریع می کند. این بیماری می تواند باعث باریک شدن شریان های پاها و در نتیجه درد در حین راه رفتن شده که می تواند موجب سیاه شدن عضو و قطع شدن انگشتان پاها و اندام شود.

استعمال دخانیات باعث ناتوانی جنسی و عقیمی در مردان و همچنین نازایی در زنان می شود.

عوارض دود سیگار برای کودکان

عوارض دود سیگار برای کودکان از زمان بارداری شروع می شود. سیگار کشیدن در طول حاملگی موجب عوارض زیادی از جمله مرده زائی، خود به خود، مرگ جنین، مرگ در دوران نوزادی، مرگ ناگهانی نوزاد می شود.

سیگار کشیدن هرکدام از والدین، شدت بسیاری از بیماری ها مثل بیماری های تنفسی در نوزادان و کودکان را وخیم تر می کند.

میزان بروز سرماخوردگی، عفونت گوش میانی، گلودرد و گرفتگی صدا در کودکانی که والدین سیگاری دارند بیش از کودکانی است که والدین غیرسیگاری دارند.





سرطان ریه:

کشیدن سیگار یکی از علل اصلی سرطان ریه است که مسئول بیش از دو سوم مرگ و میرهای ناشی از سرطان ریه در سراسر جهان است. بر اثر مصرف دخانیات با گذشت زمان در بافت‌هایی که به طور دائم توسط قطران موجود در مواد دخانی تحریک شده‌اند، سرطان ریه یا برونش گسترش می‌یابد. قرار گرفتن در معرض دود دست دوم دخانیات در خانه یا محل کار باعث افزایش خطر ابتلا به سرطان ریه می‌شود.



منابع:

- ◇ برونر، سودارث، تنفس و تبادلات گازی
- ◇ مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات

تأثیر دخانیات بر ایجاد سرطان‌ها

دخانیات عامل ایجاد حداقل ۱۴ سرطان مختلف در بدن است که مهم‌ترین آنها عبارتند از: سرطان ریه، پوست، لوزالمعده، مثانه، خون، پستان، حنجره، کبد، روده و ... مصرف تنباکو در فرم‌های جویدنی و مصرف پیپ یک عامل خطر مهم برای سرطان‌های دهان، حلق و مری است. سرطان حفره دهان در مصرف‌کنندگان روزانه انقیه مرطوب، بیشتر است. سرطان‌های لب، زبان و دهان در اثر جویدن تنباکو حاصل می‌شود.



طبق تحقیقات برای پیشگیری از سرطان لوزالمعده، پرهیز از استعمال دخانیات همراه با رژیم غذایی و مصرف غذاهای کم چرب و پر فیبر لازم است.

استعمال دخانیات

BR/HP/01



سوپروایزر آموزش سلامت

تاریخ تولید: مهرماه ۹۶

تاریخ بازنگری: مهر ماه ۹۸