

هفته بدون دخانیات

مصرف دخانیات چهارمین عامل خطر بار بیماری در کل جهان به شمار می رود علاوه بر هزینه های اولیه ناشی از مصرف دخانیات و هزینه های درمانی بیماریهای مرتبط با مصرف آن، به علت اینکه عوارض دخانیات عمدتاً در سنین بهره دهی و فعالیت افراد خود بروز می کند خانواده ها را از وجود نان آورهایشان محروم نموده و باعث افت نیروهای کار سالم در جوامع می شود.

مصرف دخانیات چهارمین عامل خطر بار بیماری در کل جهان به شمار می رود علاوه بر هزینه های اولیه ناشی از مصرف دخانیات و هزینه های درمانی بیماریهای مرتبط با مصرف آن، به علت اینکه عوارض دخانیات عمدتاً در سنین بهره دهی و فعالیت افراد خود بروز می کند خانواده ها را از وجود نان آورهایشان محروم نموده و باعث افت نیروهای کار سالم در جوامع می شود.

مضرات و بیماریهای ناشی از استعمال قلیان

قلیان وسیله ای برای استفاده ازدود حاصل از سوختن تمام ذخال گذاخته و تنباکواست، قلیان این وسیله کم خرج، اما پر خطر این روزها پای ثابت تفریح بسیاری از جوانان و خانواده های ایرانی است. قلیان کش های حرفه ای یک قانون نانوشته برای خود دارند قانونی که برخی از باورهای نادرست رایج از قدیم تاکنون شکل گرفته است. مصرف کنندگان قلیان به این دلیل از بین انواع دخانیات موجود در بازار به قلیان روی آورده که آنرا کم خطرترین نوع مواد دخانی می دانند غافل از این که آنچه کشیدن قلیان یا مصرف کنندگان آن می کند به مراتب ناگوارتر از سیگار است. چه آنهایی که به ادعای خودشان تفتنی قلیان می کشند چه آنهایی که قلیان کش حرفه ای هستند باید بدانند که مصرف قلیان بتدریج آنها را در معرض انواع بیماریها قرار می دهد که بسیاری از آنها ممکن است زمانی آثار خود را بروز دهند که دیگر کار از کار گذشته و درمان قطعی برای آنها وجود ندارد. چروکیدگی پوست، پیری زودرس، تیرگی چشم و لبها، زرد و فساد دندانها از مهم ترین نشانه های ظاهری افرادی است که قلیان کشیدن جز برنامه های روزمره زندگیشان شده است. خانم هایی که سیگار و قلیان می کشند باید با چهره زیبا و پوست شفاف و جوان خداحافظی کنند چرا که نیکوتین سیگار و قلیان در خانمها جذب بیشتری دارد. مصرف کنندگان قلیان و اطرافیان آنها که در معرض دود تحمیلی آن قرار دارند مانند مصرف کنندگان سیگار مثلاً به انواع سرطانهای قلبی و عروقی و تنفسی خواهند شد. مصرف کنندگان قلیان در هر بار مصرف، دود بسیار زیادی را در مقایسه با کشیدن یک نخ سیگار دریافت می کنند. افراد سیگاری که بطور متداول ۸ تا ۱۲ نخ سیگار در روز مصرف می کنند بطور متوسط با ۴ تا ۷۵ پک که به مدت ۵ تا ۷ دقیقه به طول می انجامد حدود ۵/۰ تا ۶ لیتر دود استنشاق می کنند. این درحالی است که مصرف کنندگان قلیان در هر وعده مصرف که بطور متداول ۲۰ تا ۸۰ دقیقه طول می کشد حدود ۵۰ تا ۲۰۰ پک می زند که هر پک بطور متوسط حاوی ۱۵/۰ تا یک لیتر دود می باشد. به عبارت دیگر از نظر میزان مواجهه و استنشاق دود، هر فرد مصرف کننده قلیان در هر وعده معادل ۱۰۰ نخ یا بیشتر سیگار، دود دریافت نموده است. تحقیقات نشان می دهد ۱۲ درصد از بیماریهای قلبی و عروقی ۶۶ درصد برونشیت و سرطان ریه و ۳۸ درصد از بیماریهای حاد تنفسی در جهان به مصرف دخانیات اختصاص دارد. همچنین مصرف کنندگان قلیان شما را ۴ تا ۱۰ برابر بیشتر از افراد دیگر در معرض سرطان دهان و حنجره و مری قرار می دهد. زنانی که در طول دوران بارداری خود مصرف کنندگان قلیان بوده و در معرض دود قلیان اطرافیان قرار گرفته اند وزن نوزادشان هنگام تولد کمتر از حد طبیعی بوده و خطر ابتلا به بیماریهای ریوی در این نوزادان بیشتر است.

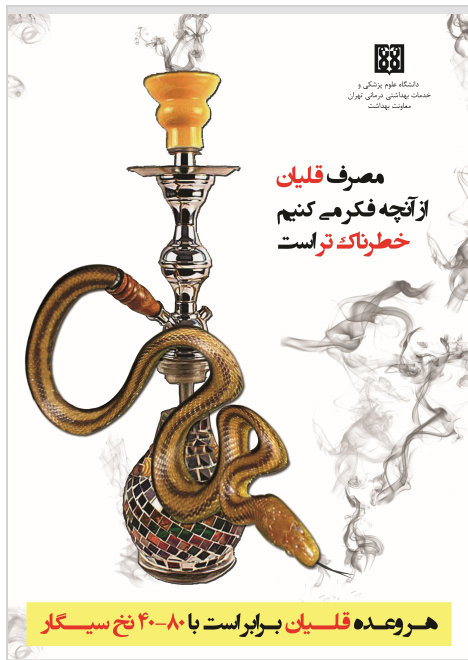
برخلاف تصور بعضی افراد دود حاصل از قلیان به هیچ وجه کم خطر نیست بلکه حاوی مواد سرطانزا و سمی بیشماری است که موجب بروز سرطانهای ریه، لب، حفره دهانی، بیماریهای قلبی و عروقی و دیگر بیماریها و سرطانها می شود همچنین استفاده مشترک از قسمتهای دهانی قلیان عامل انتقال بیماریهای واگیرداری همچون سل و هیپاتیت است. بوی بد دهان، دندان زرد، ازدست دادن دندان و بیماری لثه از عوارض ناشی از مصرف قلیان است. تنباکو و توتون مورد استفاده در قلیان معمولاً از بی کیفیت ترین و نامرغوبترین انواع موجود و خطرناکترین آنهاست. ضمن اینکه اسانس های مواد معطر استفاده شده در تنباکوی معطر یا میوه ای حاوی هزاران ماده سمی و کشنده است.

قلیان و قانون

بر اساس قانون جامع کنترل دخانیات

- استفاده از تعبیر گمراه کننده مانند ملایم، سبک، لایت و معطر بر روی محصولات دخانی و تنباکوهای قلیان ممنوع است
- هر نوع تبلیغ، حمایت و تشویق افراد به استعمال مواد دخانی و قلیان ممنوع است.
- فروش و عرضه سیگار و قلیان به افراد زیر ۱۸ سال و یا توسط آنها ممنوع است.
- مصرف قلیان در اماکن عمومی نظیر اماکن تهیه و توزیع مواد غذایی، رستورانها، سفره خانه ها، اماکن فرهنگی ورزشی، مراکز آموزشی پژوهشی، وسایل نقلیه عمومی، هتل ها، بیمارستان ها، سازمان های دولتی و هر نوع مرکز و محل جمعی دیگر ممنوع است.
- مسئولیت اجرای ممنوعیت استعمال قلیان و سایر مواد دخانی در اماکن عمومی بر عهده مدیران، کارفرمایان و متصدیان اماکن مربوط است.
- متصدیان و کارفرمایان اماکن عمومی موظفند تابلوهای هشدار دهنده مبنی بر ممنوعیت استعمال قلیان و سایر مواد دخانی را در نقاط مناسب و در معرض دید عموم نصب نمایند.

لینک مطلب در سایت : <http://mrgums.ac.ir/?MID=21&Type=News&id=326>



مصرف قلیان
از آنچه فکر می کنیم
خطرناک تر است

هر وعده قلیان برابر است با ۸۰-۴۰ نخ سیگار