

التدخين السلبي (القسري)

- ما هو التدخين السلبي .
- حقائق عن التدخين السلبي .
- الآثار الحادة والطويلة المدى للتدخين السلبي (القسري)

ما هو التدخين السلبي ؟

التدخين السلبي هو التدخين الناتج عن استنشاق غير المدخنين الدخان الناتج عن سجائر المدخنين عند ما يجلسون مع أشخاص مدخنين في مكان مغلق مثل المكتب أو المنزل أو مكان عام، فتدخين سيجارة واحدة يطلق في الهواء المحيط ما يقرب من ٧٠ ملي جراماً من الذرات ٢٥ ملليجراماً من أول أكسيد الكربون ... ومما يزيد الأمر سوءاً أن الدخان الناتج يكون أقوى بكثير من ذلك الذي يستنشقه المدخن ذلك لأن حرارة الدخان الجانبي أكثر برودة ولأن تأكسد بعض أجزاء الدخان غير تام .



التدخين السلبي (استنشاق الدخان نتيجة مجاورة المدخن)

الجرعات المستنشقة بالمليجرام		المواد المستنشقة
التدخين السلبي (لسيجارة واحدة)	التدخين الإيجابي (لسيجارة واحدة)	
٩,٢	١٨,٤	غازات احتراق
.٢	.٣	أكسيد آزوت
.٢	.٨	ألدهايد
.٠٠٥	.٢	سيانيد
.٠١	.١	أكرولين
.٠٤	٢,١	نيكوتين



حقائق عن التدخين السلبي:

-نشرت في عام ١٩٨٦م دراستان علميتان عن الأضرار الصحية نتيجة التعرض لدخان التبغ في البيئة، أظهرتا ارتفاع نسبة الإصابة بسرطان الرئة بين غير المدخنات المتزوجات من مدخنين بنسبة (٢٠% إلى ٥٠%) عن غير المدخنات المتزوجات من غير مدخنين، ويلى ذلك في الأهمية التعرض لدخان التبغ في العمل .

- وتدل أحداث التقارير العلمية أن (٢٠% إلى ٣٠%) من حالات مرضى سرطان الرئة بين غير المدخنين تعزى إلى استنشاق دخان التبغ في البيئة.

- وتعتبر الالتهابات التنفسية الحادة من أكثر أسباب أمراض الأطفال ووفياتهم خصوصاً في الدول النامية، ويعتبر تلوث الهواء بما في ذلك تلوثه بدخان التبغ عاملاً خطراً إضافياً يزيد من حدوث هذه الالتهابات.

- ويسبب التدخين اللاإرادي الوفاة لمرضى القلب بما يزيد عن عشرة أضعاف ما يسببه من الوفيات بسرطان الرئة، وترجع وفاة ٥٣ ألف سنوياً من مرضى القلب في أمريكا إلى التدخين اللاإرادي..

الآثار الحادة والطويلة المدى للتدخين السلبي (اللاإرادي) :

يسبب التدخين السلبي (القسري) آثاراً حادة وأخرى طويلة المدى على صحة الإنسان:

أولاً: الآثار الحادة.



(أ) تهيج الأغشية المخاطية في العين والأنف والحنجرة وهي تتجم عن الغازات المنبعثة من دخان التبغ، ويمكن قياس ذلك بمراقبة عدد مرات إغماض العين في الدقيقة أثناء التعرض لدخان التبغ، بالمقارنة بالأوقات والظروف العادية .

(ب) الانزعاج وهو يقترن بالإحساس بالروائح الكريهة المنبعثة من المكونات الغازية مثل الأكرولين والفورمالدهيد وغيرها .

(ج) آثار ضارة حادة في وظيفة القلب والدورة الدموية نتيجة استنشاق غاز أول أكسيد الكربون الموجود في دخان التبغ.

(د) وكذلك في البيئة، وهذا الغاز السام أشد التصاقاً بهيموجلوبين الدم مكوناً (كاربوكسي هيموجلوبين) بدلاً من التصاق غاز الأكسجين مع الهيموجلوبين مما يؤدي إلى انخفاض قدرة الدم على تقبل الأوكسجين اللازم لحيويته.

ثانياً : الآثار طويلة المدى

كشفت العالم " ميلر " عام ١٩٧٨م عن الأضرار طويلة المدى للتدخين السلبي أن متوسط عمر النساء غير المدخنات المتزوجات من مدخنين يقل أربع سنوات عن متوسط العمر المتوقع في النساء غير المدخنات والمتزوجات من غير مدخنين.



ويمكن تلخيص المشاكل الصحية نتيجة التعرض لدخان التبغ في البيئة كما يلي : -

- أمراض الجهاز التنفسي، والأمراض التنفسية الحادة في الأطفال، والسعال والبلغم، وإفرازات مزمنة من الأذن الوسطى، وقصور في وظائف الرئة عند الأطفال والكبار، وزيادة التحسس الرئوي " الربو " .
- الإصابة بسرطان الرئة.
- زيادة نسبة الأمراض القلبية والوعائية .
- نقص وزن مواليد المرأة المدخنة، وبطئ في نمو رئة المواليد، ونقص في معدل إزدياد طول الأطفال .
- حدوث تهيج في العين والأنف والحنجرة .

يتأثر بشدة غير المدخنين المصابين بأمراض الربو والجيوب الأنفية والأمراض القلبية والوعائية ونزلات البرد والحساسية عند تعرضهم لدخان الآخرين.