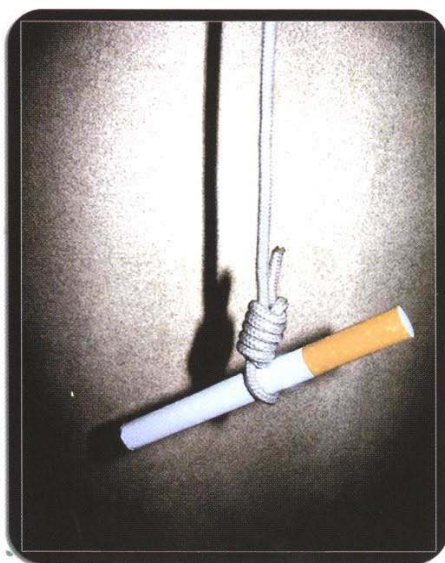


آنچه همه باید در مورد سیگاری تحمیلی بدانند.



✓ سیگاری تحمیلی شخصی است که به صورت غیر داوطلبانه در معرض دود سیگار باشد.

✓ سیگار کشیدن در طول حاملگی موجب بیماری های زیادی از جمله مرده زایی، سقط خود به خود، مرگ جنین و مرگ ناگهانی نوزاد می شود.

✓ دود ناشی از استعمال دخانیات حاوی بیش از ۴۰۰۰ ماده سمی و بیش از ۸۰ ماده سرطان زا است.

✓ شخصی که با افراد سیگاری زندگی می کند و در معرض دود سیگار قرار می گیرد مثل این است که سالانه ۸۰ نخ سیگار کشیده باشد.



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشتی

مرکز مدیریت بیماری های غیر واگیر و خاص
دبیرخانه ستاد کشوری کنترل و مبارزه ملی با دخانیات

با همکاری:

مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات
دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

چرا دود فرعی ناشی از سوختن سیگار خطرناک است؟

دود سیگار یک ترکیب پیچیده با بیش از ۴۰۰۰ ماده سمی متفاوت است. این دود دو قسمت دارد. دود اولیه سیگار که از فیلتر سیگار خارج شده و با هر پک وارد دستگاه تنفس فرد سیگاری می شود و دود فرعی سیگار که از قسمت مشتعل سیگار ناشی می شود. دود فرعی سیگار نیز مانند دود اولیه تهدیدی جدی برای سلامت است که در اصل مجموع دودهای حاصل از سوختن انتهای محصول دخانی (دود ثانویه) و دودی است که فرد سیگاری به بیرون می دمند (دود ثالثیه). غلظت بسیاری از مواد سمی موجود در دود ثانویه و ثالثیه بیش از مواد موجود در دود اولیه است، مانند مونوکسید کربن که فرد سیگاری استنشاق می کند. مجاورت با دود فرعی سیگار منجر به بیماری های بسیاری می شود. حتی مواجهه کوتاه مدت با آن نیز اثرات سویی برای فرد به همراه دارد.



طبق آمار سازمان بهداشت جهانی بیش از ۳۰٪ بیماری های قلبی عروقی و یک سوم بیماری های تنفسی در میان سیگاری های تحمیلی بوجود می آید.

غیر از آثار مزمن ناشی از دود سیگار که در بالا اشاره شد، آثار حاد استعمال تحمیلی دخانیات شامل: تحریک چشم (سوزش، خارش، اشک ریزش)، آبریزش بینی، سرفه، خس خس سینه، تهوع، سردرد و تکرار حملات آلرژی و آسم است. بسیاری از سرطان ها در ارتباط با دود محیطی سیگار هستند که از مهم ترین آنها سرطان های ریه، حفره دهان و حنجره است.



پیدایش برونشیت و عوارض تنفسی در سال اول زندگی در کودکانی که یکی از والدین آنها سیگار می کشد شایع تر است.

میزان بروز سرماخوردگی، عفونت گوش میانی، گلو درد و گرفتگی صدا در کودکانی که والدین سیگاری دارند بیش از کودکانی است که والدین غیرسیگاری دارند. اگر مصرف سیگار به همین ترتیب ادامه یابد ۱۵۰ میلیون کودک در جهان به علت عوارض ناشی از دود سیگار از بین خواهند رفت.

عفونتهای تنفسی یکی از مهمترین علل مرگ کودکان در اثر استنشاق دود سیگار به شمار می آید.

بیماری های ناشی از استعمال تحمیلی دخانیات کدامند؟

دود ناشی از استعمال دخانیات حاوی بیش از ۴۰۰۰ ماده سمی و بیش از ۸۰ ماده سرطان زا است که افراد غیرسیگاری به صورت غیرداوطلبانه در معرض ابتلا به بیماری های ناشی از آن هستند.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار، خطر بیماری های تنفسی را در بالغان تا حدود ۲۵٪ و در بچه ها تا حدود ۱۰۰ - ۵۰ درصد افزایش خواهد داد.

ریه های فرد غیرسیگاری در مجاورت فرد سیگاری، عملکرد ضعیف تری نسبت به یک فرد غیرسیگاری سالم دارد.

سیگاری تحمیلی کیست؟

استنشاق غیرداوطلبانه دود ناشی از سوختن سیگار، به معنی سیگاری تحمیلی بودن است. این دود ناشی از سیگار، خطرات جدی را خصوصاً برای کودکان و افراد خانواده فرد سیگاری که در تماس دائم با این دود هستند در بردارد.

شخصی که با افراد سیگاری زندگی می کند و در معرض دود سیگار قرار می گیرد مثل این است که سالانه ۸۰ نخ سیگار کشیده باشد و در اصل یک چهارم میزان نیکوتین سیگارهای استفاده شده روزانه را وارد بدن خود می کند.

سیگاری تحمیلی شخصی است که به صورت غیرداوطلبانه در معرض دود سیگار دیگران باشد.

عوارض دود سیگار برای کودکان قبل و بعد از تولد چیست؟

عوارض دود سیگار برای کودکان از زمان بارداری شروع می شود یعنی زمانی که دستگاه تنفس هنوز به طور کامل شکل نگرفته است و در طی این دوران با استعمال هر نخ سیگار توسط مادر و یا اطرافیان، اثرات جانبی زیادی در جنین بوجود می آید.

سیگار کشیدن در طول حاملگی موجب عوارض زیادی می شود از جمله: مرده زایی، سقط خودبه خود، مرگ جنین، مرگ در دوران نوزادی و مرگ ناگهانی نوزاد.

وزن نوزادان مادران سیگاری حدود ۱۷۰ تا ۲۰۰ گرم کمتر از نوزادان مادران غیرسیگاری است.