



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی
مرکز بهداشت استان

دخانیات و سلامتی

ترجمه و تالیف:

دکتر محمد رضا مجدی

متخصص اطفال، استادیار گروه بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد

دکتر احسان رفیعی منش

متخصص طب کار، دانشگاه علوم پزشکی مشهد

« بهار ۸۸ »

سرشناسه: مجدی، محمد رضا - رفیعی منش، احسان
عنوان و نام پدیدآور: دخانیات و سلامتی
نویسندگان: دکتر محمد رضا مجدی، دکتر احسان رفیعی منش
مشخصات نشر: مشهد: همدل، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهری: ۱۲۴ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۲۹۳-۰۴-۳
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: دخانیات
رده بندی کنگره: ۴۱۲۸۸ ص ۸ / RC۲۷۲
رده بندی دیویی: ۶۱۶ / ۸۵۳
شماره کتابشناسی ملی: ۸۶۹۷۰۳۲

نام کتاب: دخانیات و سلامتی

ترجمه و تالیف:

دکتر محمد رضا مجدی: متخصص اطفال، استادیار گروه بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد

دکتر احسان رفیعی منش: متخصص طب کار، دانشگاه علوم پزشکی مشهد

ناشر: موسسه فرهنگی هنری البرز سناباد، نشر همدل

طراحی گرافیک: سید ایمان سجادی

نوبت چاپ: اول - بهار ۱۳۸۸

شمارگان: ۲۰۰۰

چاپ: ژبان

لبنوگرافی: نسیم

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۲۹۳-۰۴-۳



مؤسسۀ فرهنگی هنری البرز سنایاد

نشر همدل

مشهد، نیش سنایاد ۶۱، شماره ۶۶۵ تلفن: ۰۵۱۱-۸۲۵۵۵۱۸

فهرست مندرجات:	صفحه
مقدمه نویسندگان	۹
اثرات استعمال دخانیات بر بدن انسان	فصل اول ۱۲
زنان و استعمال دخانیات	۲۵
دخانیات و تکامل دوران نوزادی و کودکی	۲۹
دخانیات و سلامت عمومی	۳۲
دود سیگار در محیط	۳۵
ترک دخانیات و پیشگیری از استعمال آن	۳۷
شش سیاست برای کنترل اپیدمی مصرف دخانیات	فصل دوم ۳۹
پایش مصرف دخانیات و سیاستهای پیشگیرانه	۴۲
محافظت مردم در برابر دود سیگار	۴۳
کمک به افراد سیگاری بمنظور ترک مصرف دخانیات	۴۹
اطلاع رسانی در مورد خطرات مصرف دخانیات	۵۴
ممنوع کردن تبلیغات و آگهی های مصرف دخانیات	۵۸
افزایش مالیات دخانیات	۶۲
گزارش وضعیت استعمال دخانیات	فصل سوم ۶۸
وضعیت استعمال دخانیات در کشور در سال ۸۴	۷۴
برنامه کشوری کنترل دخانیات	فصل چهارم ۸۳
اهداف برنامه	۸۸
الزامات قانونی	۹۲
قانون جامع کنترل و مبارزه ملی با دخانیات	فصل پنجم ۹۷
آئین نامه اجرایی	۱۰۳
استعمال دخانیات از دیدگاه فقه مذاهب اسلامی	فصل ششم ۱۱۰
منابع	۱۲۲



مقدمه نویسندگان:

سیگار و دود سیگار شامل هزاران ماده‌ی شیمیایی می‌شود. تعدادی از این مواد شیمیایی به عنوان مواد سمی، سرطان‌زا و اعتیادآور شناخته شده‌اند و تعدادی از این مواد شیمیایی سطح مجاز مشخصی ندارند. مواد شیمیایی که در سیگار و دود آن یافت می‌شود شامل نیکوتین، مونوکسیدکربن، استالذئید، سیانید هیدروژن، آرسنیک، کروم، ددت، فرمالدئید، بنزن، نیتروز آمین، کادمیوم، نیکل، بریلیوم، وینیل کلراید و... می‌باشد.

هر ۶/۵ ثانیه یک نفر جان خود را در اثر مصرف دخانیات در دنیا از دست می‌دهد. دخانیات هر سال حدود ۵ میلیون سیگاری را می‌کشد، که این رقم برابر ۱۳۶۹۹ نفر در روز می‌باشد. این علاوه بر بیماری‌های مرتبط با دخانیات و بار بیماری کلی بر روی افراد، خانواده‌ها و جامعه می‌باشد. مطالعات نشان داده افرادی که در دوران نوجوانی سیگار کشیدن را آغاز می‌کنند (بیشتر از ۷۰ درصد افراد سیگاری از این سن شروع میکنند) و به آن حدود ۲۰ سال یا بیشتر ادامه می‌دهند، ۲۰ تا ۲۵ سال زودتر از افرادی که هرگز سیگار نکشیده‌اند خواهند مرد. بنابراین آنان مفیدترین و موثرترین زمان

زندگی خود را از دست می‌دهند. سرطان ریه و بیماری قلبی شایع‌ترین بیماری‌هایی هستند که افراد سیگاری با آن مواجه می‌شوند، اما مردم عادی اکثراً از طیف وسیعی از دیگر اثرات سوء ناشی از مصرف دخانیات بی‌خبرند.

استعمال دخانیات در زنان بدلیل اثرات جدی و منفی آن بر سلامت زنان و فرزند آنها موضوع قابل توجهی است. علاوه بر این، امروزه نگرانی‌هایی در زمینه استفاده از داروهای ضد بارداری و مواجهات ناخواسته محیطی با دود سیگار در زنان ایجاد شده است.

بچه‌ها که در واقع به منزله عناصر سازنده نسل‌های آینده می‌باشند، بخش مهم و وسیعی از افرادی هستند که به طور ناخواسته در معرض زیان‌های ناشی از دخانیات قرار می‌گیرند. لازم است که افراد جامعه به‌آسبایی که به سلامتی بچه‌ها در اثر مواجهه با دود سیگار وارد می‌شود توجه ویژه‌ای داشته باشند و تلاشی را برای جلوگیری از مواجهه آنان اعمال کنند. اهمیت توقف و کاهش مواجهه با دود سیگار نمیتواند بیش از این مورد تأکید قرار گیرد. بزرگسالان باید از مصرف دخانیات نه فقط برای حفاظت خودشان بلکه برای حفاظت جوانان و نسل‌های آینده از قربانی شدن بوسیله‌ی بیماری‌های کشنده مرتبط با دخانیات پرهیز کنند. همچنین اطلاع‌رسانی به افراد جامعه در مورد این حقیقت که ایجاد تغییر در شکل، فرم ظاهری، قدرت و طعم مواد دخانی یک روش تجاری برای مخفی نمودن اثرات کشنده‌ی مصرف دخانیات است، ضروری می‌باشد. «از آنجائیکه دود سیگار موجود در محیط میتواند افراد غیر سیگاری را همچون افراد سیگاری مورد تأثیر قرار دهد این موضوع از موارد مورد بحث بین متخصصین سلامت و صنایع تولید کننده مواد دخانی میباشد چراکه این مسئله میتواند اثرات مواجهه با دود سیگار را بهتر مشخص نماید. این موضوع بیشترین تأثیر را برای شکل دهی تلاشی‌هایی در جهت کنترل دخانیات دارد.»



دخانیات و سلامتی

با افزایش آگاهی از تاثیرات مخربی که استفاده از دخانیات دارد و صدمه جبران ناپذیری که به سلامت افراد، جوانان، خانواده‌ها و جوامع اقتصاد کشورها وارد می‌کند، نیاز به تدوین کتب و جزوات جامعی که طیف وسیعی از اثرات منفی دخانیات بر سلامت انسان را دربرگیرد بیش از پیش احساس می‌شود. این کتاب جواب سوالاتی که افراد جامعه محققین در زمینه از عوارض استعمال دخانیات بر سلامت انسان و همچنین راههای پیشگیری و کنترل آن که تاکنون به آن پرداخته نشده را نیز شامل می‌شود. بنابراین انتظار می‌رود که این کتاب مورد توجه همه گروههای جامعه دانشجویان، پزشکان، پرستاران و همچنین افراد عادی قرار گیرد. انتشار این کتاب هم زمان شد با برگزاری همایش منطقه ای عوامل خطر موثر بر بیماریهای غیر واگیر. امیدواریم مورد توجه شما خوانندگان گرامی قرار گیرد. نظرات و پیشنهادات خود را به مرکز بهداشت استان خراسان رضوی، واحد روابط عمومی ارسال فرمایید.

نکته ی مهم: به خاطر سهولت در مطالعه، مراجع و مدارک صدمات ناشی از مصرف دخانیات از نسخه چاپی این مقاله حذف شده است. دانشجویان، پزشکان و افرادی که می‌خواهند بیشتر در مورد این موضوع مطالعه کنند می‌توانند به نسخه ی آن لاین و فهرست آن در سایت www.emro.who.int/tfi/Inprint.htm مراجعه کنند.