

فلسان؟!
www.ketab.ir

دکتر محمد مهدی افتخارزاده

نرکس السادات صحرائیان

سرشناسه	افتخارزاده، محمدهادی، ۱۳۲۵ -
عنوان و نام پدیدآور	قلیان ۱۹ / محمدهادی افتخارزاده، نرگس السادات صحرانیان.
مشخصات نشر	چهرم: نشر بونیز، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	۸۵ ص: مصور (بخشی رنگی).
شابک	978-600-93381-5-3
وضعیت فهرست نویسی	فبا
یادداشت	کتابنامه: ص. ۸۲.
موضوع	قلیان
موضوع	دخانیات -- اعتیاد
موضوع	دخانیات -- اعتیاد -- درمان
شناسه افزوده	صحرانیان، نرگس السادات، ۱۳۵۲ -
رده بندی کنگره	۱۳۹۳ ق۸/۱۷ الف/۷۵۷۷۳
رده بندی دیویی	۳۶۲/۳۹۶
شماره کتابشناسی ملی	۳۳۳۶۲۱



نام کتاب: قلیان ۱۹

تألیف: دکتر محمدهادی افتخارزاده - نرگس السادات صحرانیان

ناشر: بونیز

ویراستار: امیرحسین افتخارزاده

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۳

طراح جلد: منصور درویش تفویضی

تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت: ۶۰۰۰ تومان

شابک: ۹۳۳۸۱-۵-۳-۹۷۸-۶۰۰

هرگونه استفاده از مطالب، عکس و عنوان کتاب بدون اجازه صاحب امتیاز، پیگرد قانونی دارد.

فارس: جهرم فلکه راهنمایی جنب بانک ملی چاپ سپید برگ

Email: boniz@chmail.ir همراه: ۰۹۳۶۶۰۳۱۶۰۶

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
مقدمه	۶
فصل اول (قلیان)	۷
اجزاء قلیان	۸
انواع قلیان	۹
ابتکارهای در غم شکستن قلیان	۱۲
فصل دوم (تنباکو)	۱۳
تنباکوی چوب	۱۵
تنباکوی میوه ای	۱۶
سیگار	۱۸
پان	۱۸
پیپ	۱۹
سیگار برگ	۲۰
فصل سوم (عوارض تنباکو)	۲۱
اثرات مخرب تنباکو بر روی قسمت های مختلف بدن	۲۳
تأثیر بر محیط زیست	۳۰
فصل چهارم (زغال)	۳۱
زغال چوب	۳۲
زغال زنده	۳۲
زغال فشرده	۳۳
زغال برقی	۳۴
زغال خوب کدام است؟	۳۴
فصل پنجم (باورهای غلط رایج در مصرف قلیان)	۳۶
فصل ششم (علل گرایش به سمت قلیان)	۳۸
علل گرایش نوجوانان و جوانان به مصرف قلیان	۳۹
مراحل اعتیاد به قلیان	۴۰
علل گرایش دختران به مصرف قلیان	۴۱

فصل هفتم (دود دست دوم).....	۴۶
فصل هشتم (مواد سمی موجود در تنباکو).....	۴۸
فصل نهم (قوانین و آداب قلیان کشان).....	۵۸
فصل دهم (فواید ترک قلیان).....	۶۰
فصل یازدهم (ترک قلیان).....	۶۲
اقدامات لازم قبل از ترک قلیان.....	۶۳
درمان اعتیاد به قلیان.....	۶۴
درمانهای دارویی رایج جهت ترک قلیان.....	۶۴
ترک قلیان با غذا.....	۷۰
درمانهای جانبی و مؤثر.....	۷۲
درمان ترکیبی روانشناختی و دارویی.....	۷۲
فصل دوازدهم (مشکلات بعد از ترک قلیان).....	۷۳
جایگزین های مؤثر قلیان.....	۷۴
آمارهای خطرناک.....	۷۶
فصل سیزدهم (اورژانس های مصرف قلیان).....	۷۷
فصل چهاردهم (دلیل آغاز جنبش تنباکو).....	۷۹
دلایل فرهنگی - مذهبی.....	۸۰
دلایل سیاسی - اقتصادی.....	۸۰
فصل پانزدهم (پیشنهادهای پیشگیری از مصرف قلیان).....	۸۱
مأخذ.....	۱۰۶

مقدمه

امروزه اعتیاد به عنوان یکی از بزرگترین عوامل زیان آور سلامت انسان ، بخش عظیمی از بودجه های بهداشتی - درمانی و قسمت عمده ای از تلاش های تحقیقاتی محققان ، اندیشمندان - روانپزشکان و روانشناسان و علمای جامعه شناسی را به خود اختصاص داده و در ابعاد مختلف مبارزه با غول بزرگ اعتیاد سازمان های مختلف نظامی و اجتماعی و بین المللی درگیر هستند ، متأسفانه شروع پدیده شوم اعتیاد معمولاً به صورت تفریحی و از موارد مجاز مثل سیگار و قلیان آغاز می شود و سوداگران مرگ که اعتیاد اقشار مختلف جامعه بخصوص قشر جوان را وسیله تجارت شوم خود قرار داده اند با ایجاد جذابیت در مواد تدخینی ، ایجاد تنوع ، ساز و برگهای تبلیغاتی و سهل الوصول نمودن دسترسی به این مواد ، بر شمار مصرف کنندگان می افزایند . بدیهی است افزایش اطلاعات عمومی و آگاهی مردم از عوارض مهلک این مواد در پیشگیری از بیماری اعتیاد و تشویق ایشان در استقبال از روش های مختلف درمان اعتیاد تأثیر بسزایی در زدودن این معضل اجتماعی و خانوادگی دارد . بنابراین اعتیاد را باید از ریشه سوزاند متأسفانه نگرش مردم به قلیان به عنوان یک وسیله تفریحی است حال آنکه آلودن ریه ها و سیستم تنفسی و به دنبال آن تحمیل سموم ناشی از سوختن تنباکو بر اعضای مختلف بدن در یک روز شاد تعطیل به دور از آلودگی های صنعتی و دغدغه های شهرنشینی تفریح نیست بلکه تهدید سلامت و زندگی است و قلیان کشیدن به دلیل پیک های عمیق انواع گازهای سمی را به اقصی نقاط ریه انسان منتقل می کند که به مراتب شدیدتر و وسیع تر از انتشار سموم به دنبال مصرف سیگار است اگر چه به اندازه سیگار در دسترس نیست بدون شک مصرف مستمر و روزانه قلیان به قدر سیگار و یا حتی بدتر از آن سلامت و نشاط انسان را تهدید می کنند و وی را در معرض بیماریهای مختلف عفونی ، قلبی ، بیماریهای آلرژی ، سرطان ، حوادث ناگوار مغزی و عروقی و مصلحت روانی قرار می دهد . آموزش و ایجاد آگاهی از عوارض مختلف سوء مصرف مواد تدخینی از جمله انواع تنباکو یکی از مهمترین راه کارهای مبارزه با اعتیاد است .

با تشکر

دکتر حسین حکیم الهی

معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی جهرم