

سلامت و سیگار

پژوهش و نگارش

دکتر سیده اشرف حیدری

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین - پیشوا

دکتر کیاوش بحرینی

استادیار دانشگاه Twente

آرش بحرینی

ویراستار

تکاوش بحرینی

بسمه تعالی

سر شناسه: حیدری، اشرف (بحرینی)، ۱۳۲۶ -
عنوان و نام پدیدآور: سلامت و سیگار / اشرف حیدری، کیاوش بحرینی، ارش بحرینی؛ ویراستار تکاوش بحرینی
مشخصات نشر: تهران: میرشیدا، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری: ۹۲ ص.؛ مسمور، جدول، نمودار.
شابک: ۷۶۰۰۰۰ ریال: ۲-۵۷-۵۲۵۰-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتابنامه: ص. ۹۲.
موضوع: سیگار کشیدن/ت عوارض و عواقب
موضوع: سیگار اعتیاد
موضوع: سلامتی
شناسه افزوده: بحرینی، کیاوش، ۱۳۵۵-
شناسه افزوده: بحرینی، ارش، ۱۳۵۹-
شناسه افزوده: بحرینی، تکاوش، ۱۳۵۸، ویراستار
رده بندی کنگره: ۱۳۸۹ اس ۸/ج ۵۶۷ RC
رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۶۵
شماره کتابشناسی ملی: ۲۰۲۲۴۵۴

انتشارات میرشیدا

نام کتاب: سلامت و سیگار

پژوهش و نگارش: دکتر سیده اشرف حیدری دکتر کیاوش بحرینی ارش بحرینی

ویراستار: تکاوش بحرینی

ناشر: انتشارات میر سیدا

چاپ اول: ۱۳۸۹

حروفچین و صفحه آرا: فلپیری ۶۶۴۹۶۲۵۹

فیلم و زینگ و چاپ: ترسیم

بهاء: ۷۶۰۰۰ ریال

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۲ ۵۷ ۵۲۵۰-۶۰۰-۹۷۸ ISBN

پست الکترونیک: Ashraf_Heidari@yahoo.com

تلفن: ۸۸-۲۳۵۲۰-۰۹۱۲۵۰۲۶۲۲۸

حق چاپ برای نویسنده و ناسر محفوظ است، هر گونه برداشت و کپی بیکرد قانونی دارد.

مقدمه

گزارشی که پیش روی شماست مجموع کوشش‌هایی است که به وسیله متخصصین سازمان بهداشت جهانی در مورد ارزیابی و سنجش عادت سیگار کشیدن در دنیا به عمل آمده است این مجموعه مبین این است که امروز در شرایطی هستیم که به طور

بی در سیاست‌های اقتصادی کشورها تجدید نظر کلی به عمل آید.

بایستی این سؤال را مطرح کرد که آیا لازم است که سیاست‌های اقتصادی کشورها فقط بر مبنای سودهای به دست آمده بایستی صحیح تاکتیک به دست آوردن سود طراحی شود که آیا لازم است که کشورهای جهان در

ری اقتصادی خویش دنباله رو سیاست‌های ضدانسانی و مادی ابرقدرت‌ها باشند چنانچه در گزارش به وضوح آمده است نیاکو یکی از پایه‌های اصلی درآمدهای اقتصادی دولت‌ها و به همین میزان یکی از ضدانسانی‌ترین و علیل‌کننده‌ترین مواد عالم انسانی است.

و امروز بایستی نسل‌های مسئول به این سؤال پاسخ دهند: کدام یک را بایستی فدای دیگری کرد انسان فدای اقتصاد و یا ای انسان؟

کمیته سیگار سازمان بهداشت جهانی که بر روی سیگار و اثرات زیان بار آن بر روی سلامتی مطالعه می‌کنند به منظور بررسی انجام شده در این مورد جلسه‌ای در ژنو در تاریخ ۱۴-۹ دسامبر ۱۹۷۴ تشکیل دادند.

Tejada de معاون دبیر کل ریاست این کمیته را به عهده داشت ابتدا دکتر Rivera هدف از گردهم آئی را به شرح زیر

مود:

- روشن کردن اثرات سیگار بر روی سلامتی به طور خلاصه

- پیشنهاد کردن راه‌های مبارزه با سیگار و روش‌هایی که بتوان عموم مردم را به ترک سیگار ترغیب نمود وی تأکید نمود که کشیدن در دنیای حاضر یکی از خطرناک‌ترین دشمنان سلامتی است که خوشبختانه قابل اجتناب می‌باشد با وجودی که کم‌لاقه عمومی به سیگار کار بسیار مشکلی است زیرا در حل این مشکل عمومی نه تنها بایستی فاکتورهای بهداشتی جامعه را در ت بلکه عوامل اجتماعی و اقتصادی نیز رل مهمی را در کوشش به منظور ترک سیگار و یا ترغیب جامعه به مصرف دخانیات نمایند بنابراین برای حل این مشکل اساسی و بزرگ لازم است تا تصمیمات بزرگ و اساسی در سطح سیاست‌های ملی گرفته شود.

هم چنین دکتر Tejada متذکر شد که در بیست و سومین و بیست و چهارمین کنگره بهداشت جهانی از دبیر کل سازمان جهانی درخواست شد که این سازمان گام‌های مؤثری در مورد مسئله سیگار و سلامتی بردارد به همین منظور دفتر منطقه‌ای بهداشت جهانی مأمور شد تا مطالعات لازم به منظور تهیه آمارهای مربوط به مصرف سیگار در اروپا را انجام دهد هم چنین شد که کمیته‌ای از متخصصین مربوط تشکیل شود تا مطالعات تخصصی لازم را در مورد این عادت انجام دهد کمیته مزبور گرفت تا مطالعات انجام شده را در یک کتاب جمع آوری نماید به همین منظور مدارک و مطالعات انجام شده در سال ۱۹۷۰ که پروفیسور Horn و Fletcher انجام گرفته بود مورد تجدید نظر قرار گرفت و مطالعات جدید این دو دانشمند نیز مورد رار گرفت اولین تجدید نظر در این مطالعات در ۱۹۷۱ وسیله همین مؤلفین به همراه As و Ramstrom به عمل آید و در ید نظر توصیه‌هایی راجع به ترک سیگار و روش‌های پیشگیری نیز به مطالب قبل اضافی شد.

چنان که قبلاً نیز ذکر شد مقصود از تدوین این گزارش این است که اطلاعات جمع آوری شده فرمول وار با عباراتی ساده بیان روش‌های معینی را برای ترک سیگار توصیه نماید لذا در صورتی که خوانندگان گرمای اطلاعات بیش تری را جویا هستند به نوشته جات پزشکی که در این زمینه وجود دارد مراجعه نمایند.

فهرست مطالب

۷	اهداف آموزشی
۹	مفاهیم سلامت ، خوشی ، ناخوشی و بیماری تعریف سلامت
۱۲	مدل کلینیکی (بالینی) ، مدل اکولوژیک
۱۳	نقش مدل نمایش ، مدل تطبیقی (سازگاری)
۱۴	مدل اخلاقی
۱۵	نکته های پروهس
۱۶	تعاریف شخصی سلامت
۱۸	کسالت ، ناخوشی و بیماری
۱۹	ناخوشی ، بیماری
۲۰	عوامل خطر
۲۲	خوشی و خوب بودن
۲۴	شش ابعاد خوشی
۲۶	خوب بودن ، ادامه سلامت ناخوشی
۲۹	رفتار های سلامت
۳۲	استاندارد های زندگی
۳۳	باورها و اعتقادات فرهنگی
۳۴	عوامل موثر بر رفتار سلامت
۳۷	همانندی کنس
۳۸	پذیرش مراقبت سلامت
۴۰	رفتار های ناخوشی
۴۱	پذیرش نقش بیمار (ناخوش) ، مرحله بر خورد با مراقبت طبی
۴۴	مرحله بهبودی یا باز توانی
۴۵	نقش رفتاری بیمار بودن
۴۷	از دست دادن حریم (خلوت و تنهایی)
۴۹	تغییر در شیوهی زندگی
۵۰	اثرات ناخوشی بر اعضا ، خانواده
۵۱	اشخاص بیمار سالمند
۵۲	والدین بیمار ، کودکان بیمار
۵۳	روند های رایج سلامت
۵۵	نکات برجسته فصل
۵۷-۹۱	فصل دوم سلامت و سیکار
۹۲	فهرست منابع