

عمری که دود می‌شود

نزدیک به یک میلیارد مرد و 250 میلیون زن در سراسر جهان سیگار می‌کشند که سهم کشورهای فقیر و در حال توسعه در این ارقام بیشتر است.



جام جم آنلاین: نزدیک به یک میلیارد مرد و 250 میلیون زن در سراسر جهان سیگار می‌کشند که سهم کشورهای فقیر و در حال توسعه در این ارقام بیشتر است.

هر سال بیش از 6 میلیون نفر در سراسر جهان به دلیل مصرف سیگار جان خود را از دست می‌دهند. گفته می‌شود از هر دو نفر که به استعمال سیگار مبادرت می‌ورزند یک نفر طی 20 سال از دنیا می‌رود. سالانه 60 هزار ایرانی قربانی استعمال سیگار می‌شوند. بیش از 12 درصد جمعیت کشور سیگاری‌اند، سال‌هاست که همگان به ضررهای سیگار واقف هستند، اما همچنان سیگار می‌کشند و سیگار آنها را می‌کشد. هر سال 4 خرداد آغاز هفته بدون دخانیات است.

کسی فکر نمی‌کرد آنچه را که در سال 1492 میلادی کریستف کلمب و همراهانش در جزیره‌ای میان آمریکای شمالی و جنوبی دیدند روزی بلای جهانی شود.

سرخیوستان آمریکا از 10 هزار سال پیش از برگ‌های توتون جهت رفع خستگی و سردردها و همچنین در آیین‌های سنتی و مذهبی بهره می‌جسته‌اند. در یونان باستان، چین و برخی از تمدن‌های دیگر نیز همان‌گونه که از آثار حکاکی‌های داخل غارها یا نوشته‌های تاریخ‌نویسان مشهود است از توتون و تنباکو به عنوان گیاهی دارویی یاد کرده‌اند.

کریستف کلمب دید بومی‌ها برگ‌های یک گیاه عجیب را روی آتش ریخته و دود آن را داخل ریه‌های خود می‌کنند و به این‌گونه به سرخوشتی و شغف می‌رسند. او تصور کرد چیزی جادویی کشف کرده است و هنگام مراجعت به اسپانیا، مقداری از برگ‌ها و دانه‌های آن گیاه را به عنوان تحفه با خود برد و به این صورت توتون به اروپا راه یافت.

توتون حدود سال 1600 میلادی کم و بیش در عثمانی، مصر و هند شناخته شده بود. این گیاه حدود سال 1590 میلادی مطابق با 999 هجری توسط پرتغالی‌ها وارد ایران شد و در زمان شاه‌عباس در ایران رواج یافت.

سیگارها دارای ۴۰۰۰ ترکیب شیمیایی متفاوت هستند که ۴۳ مورد آنها سمی هستند. مصرف دخانیات، عامل تشدیدکننده سل و دیگر بیماری‌های واگیردار در کشورهای در حال توسعه است. از بین تأثیرات کشیدن سیگار که کمتر شناخته شده است، می‌توان به ریزش مو، آب سیاه، چروکیدگی پوست، از دست دادن شنوایی، سرطان پوست، پوسیدگی دندان، پوکی استخوان، زخم معده، بی‌رنگ شدن انگشتان، سرطان رحم و سقط جنین اشاره کرد. مصرف سیگار در بلندمدت موجب التهاب سرخرگ‌های خونی، سیاهرگ‌ها و اعصاب پاها و بسته شدن جریان خون می‌شود.

دود سیگار باعث بیماری لته‌ها، خرابی و زرد شدن دندان‌ها، بوی بددهان و خشکی دهان می‌شود. همچنین افراد سیگاری مزه غذاها را خوب متوجه نمی‌شوند. علاوه بر آن سیگار گردش خون را ضعیف و باعث بدرنگی و چروکیدگی پوست صورت می‌شود.

بسیاری از افرادی که سیگار نمی‌کشند نیز در معرض خطر هستند. میلیون‌ها نفر از مردم از جمله نیمی از کودکان دنیا که در معرض دود سیگار هستند، با خطر ابتلا به سرطان ریه، بیماری قلبی، آسیب دستگاه تنفسی و تحریک‌پذیری مزمن چشم‌ها، بینی و حلق مواجه هستند.

قانون، کمی تا قسمتی

فعالان مبارزه با دخانیات در کشور همواره از اجرای نامناسب قانون مبارزه با دخانیات در کشور شکایت دارند و معتقدند عدم اجرای مناسب قانون مبارزه با استعمال مواد دخانی، نشان از عدم توجه مناسب و کافی مسوولان به این مقوله و سلامت جامعه دارد.

دکتر کاظم ندافی، رئیس مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت در این خصوص می‌گوید: اگر ادعا کنیم همه این قانون اجرا شده است ادعای صحیحی نیست، اما بسیاری از موارد قانون اجرایی شده است. به عنوان مثال ممنوعیت استعمال دخانیات در ادارات اجرا شده است. همچنین ممنوعیت استعمال دخانیات در اماکن عمومی دولتی تا حدودی اجرایی شده‌اند. ماده مربوط به الصاق تصاویر بهداشتی روی پاکت‌های سیگار نیز اجرا شده، هرچند که در تعویض تصویرها تعویق‌هایی صورت گرفته است.

وي مي‌افزايد: بحث ساماندهي مراكز عرضه دخانيات نيز كارهائيش تا حدودي انجام شده و اماكن مجاز به عرضه اين محصولات در حال پيگيري است تا مشخصا اين مراكز اعلام شوند و با نصب تابلو به مردم معرفي شوند.

رئيس مركز سلامت محيط و كار وزارت بهداشت با اشاره به اقدامات انجام شده در زمينه ماده 9 قانون جامع كنترل و مبارزه ملي با دخانيات مي‌گويد: به اين منظور بيش از 130 كلينيك ترك دخانيات در كشور داير شده است. همچنين زمينه‌هاي ايجاد اين كلينيك‌ها در بخش خصوصي نيز فراهم شده است. در مجموع اجراي موارد از اين قانون نيز به هماهنگي و كمك ديگر سازمان‌هاي دست‌اندركار نياز دارد. در اين زمينه وزارتخانه‌هاي بهداشت، صنايع، آموزش و پرورش، نيروي انتظامي و... بايد نقش خود را ايفا كنند. نذافي درباره تكليف وزارت بهداشت بر ادغام خدمات مشاوره‌اي ترك سيگار در نظام شبكه توضيح مي‌دهد: اين ماده قانوني در بسياري از استان‌ها از جمله استان زنجان، قزوين، دانشگاه علوم پزشكي شهيد بهشتي و بسياري ديگر از دانشگاه‌هاي علوم پزشكي اجرايي شده است. به اين ترتيب در مراكز بهداشتي شهرستان‌ها كلينيك ترك دخانيات داير بوده و پزشك دوره ديده در اين زمينه فعال است. همچنين در بسته‌هاي آموزشي، برنامه پزشك خانواده و نظام ارجاع و همچنين بهورزهاي خانه‌هاي بهداشت، آموزش‌هاي لازم براي ترك دخانيات در نظر گرفته شده است.

نكته: براساس آمارهاي سازمان بهداشت جهاني تعداد زنان سيگاري در 20 سال اخير 60 درصد افزايش يافته و همچنين تعداد زناني كه روزانه بيشتر از يك پاكٲ سيگار مي‌كشند 3 برابر شده است
نذافي با اشاره به جلسات ستاد كشوري كنترل دخانيات در سال 88 و مصوبات اين ستاد مي‌افزايد: وزارت بهداشت تنها مي‌تواند نقش پيگيري كننده اين مصوبات را داشته باشد. ما نمي‌توانيم مستقيماً وارد مباحثي مانند جمع‌آوري قليا‌ن‌ها شويم.

هفته‌اي بدون سيگار

سال 1987 كشورهاي عضو سازمان بهداشت جهاني با تعيين يك روز به عنوان روز جهاني بدون دخانيات؛ توجه همگان را به مضرات و خطرات استفاده از دخانيات جلب كردند. روز جهاني بدون دخانيات هر سال در 31 مي مصادف با 10 خرداد برگزار مي‌شود. هر ساله به صورت سمبوليك شعاري براي اين روز در نظر گرفته مي‌شود. شعار روز جهاني بدون دخانيات سال 1385 & 171#؛ دخانيات به هر شكل و نوعي كشنده است» بود. شعار سازمان بهداشت جهاني سال 1386 & 171#؛ جواني بدون دخانيات» عنوان شد. سال گذشته نيز شعار محيط‌هاي عاري از دخانيات مطرح و شعار سال 1388 نيز & 171#؛ تصاوير و پيام‌هاي هشداردهنده آري، تعابير فريبنده و گمراه‌كننده هرگز» و شعار سال قبل جنسيت و دخانيات با تاكيد بر حفاظت زنان در مقابل استعمال دخانيات بود.

شعار امسال سازمان بهداشت جهاني نيز & 171#؛ اجراي كامل قوانين كنترل دخانيات راهي به سوي سلامت همگاني» انتخاب شده است.

در كشور ما علاوه بر برگزاري روز جهاني بدون دخانيات هفته‌اي تحت عنوان هفته ملي بدون دخانيات برگزار مي‌شود. امسال اين هفته از 4 تا 10 خرداد با شعار اجراي كامل قوانين دخانيات، راهي به سوي سلامت همگاني برگزار مي‌شود.

بر اين اساس چهارشنبه 4 خرداد با عنوان دخانيات و زيان‌هاي اقتصادي، پنجشنبه 5 خرداد خانواده، كانون مبارزه با دخانيات، جمعه 6 خرداد تقويت ارزش‌هاي ديني سدي در برابر گسترش دخانيات، شنبه 7 خرداد با عنوان دخانيات تهديدي براي سلامت نوجوانان و جوانان، يکشنبه 8 خرداد رسالت رسانه‌ها در كنترل دخانيات و دوشنبه 9 خرداد اماكن عمومي عاري از دود دخانيات و رعايت حقوق شهروندي نامگذاري شده است. سه‌شنبه 10 خرداد مصادف با روز جهاني دخانيات نيز تحت عنوان اجراي كامل قوانين كنترل دخانيات راهي به سوي سلامت همگاني نامگذاري شده است.

زنان قرباني سيگار

براساس آمارهاي سازمان بهداشت جهاني، تعداد زنان سيگاري در 20 سال اخير 60 درصد افزايش يافته و همچنين، تعداد زناني كه روزانه بيشتر از يك پاكٲ سيگار مي‌كشند 3 برابر شده است. صنعت دخانيات دنيا براي افزايش مصرف مواد دخاني در ميان زنان از شعار & 171#؛ برابري زنان و مردان» استفاده مي‌كند تا با اين ترفند زنان كشورهاي در حال توسعه را به مصرف محصولات دخاني ترغيب كند هر چند آمارها حاكي از آن است كه هنوز جامعه مردان سيگاري بيشتر از زنان است، اما متاسفانه ميزان مصرف دخانيات در زنان رو به افزايش است. متاسفانه افزايش مصرف سيگار در 2 قشر زنان تحصيلكرده و كم تحصيلكرده جامعه وجود دارد، اما در افراد تحصيلكرده اين افزايش مصرف بيش از قشر عام است. در مورد مصرف قليا‌ن اين آمار نگران‌كننده‌تر است. بسياري از زنان به علت ناپسند دانستن مصرف سيگار در جامعه به استعمال قليا‌ن روي آورده‌اند. آخرين آمار در مورد مصرف قليا‌ن حاكي از آن است كه در كل جامعه، زنان به اندازه مردان قليا‌ن مصرف مي‌كنند. بنابر اين دختران و پسران جامعه به يك اندازه و حدود 25 تا 30 درصد

تجربه مصرف قلیان را دارند که این امر خطرناک است. این در حالی است که 5 تا 6 درصد دختران و زنان در جوانی و 20 تا 30 درصد پسران و مردان جوان، تجربه مصرف سیگار دارند. بنابراین به نظر می‌رسد در جامعه این حالت وجود دارد که مصرف سیگار یک رفتار مردانه است، اما مصرف قلیان میان دختر و پسر چندان تفاوتی ندارد.

زنان - چه مستقیم و چه غیرمستقیم - از رواج استعمال سیگار در جوامع بیش از مردان آسیب می‌بینند. در سنین 60 تا 80 سالگی، بیشترین سرطان تهدیدکننده زنان سیگاری سرطان ریه است.

جهان آرمانی

تصور کن دنیایی را که در آن دخانیات نیست. دنیایی که در آن سیگار کشیدن ارزش نیست. شاید دست‌یافتن واقعی به جهان بدون دخانیات بسیار دور و حتی شاید ناممکن باشد. واقعیت امروز این است که مصرف سیگار تبدیل به عادت رایج در جوامع مختلف و گروه‌های سنی مختلف شده است. حتی بدتر از آن گاهی ارزش تلقی می‌شود. اغلب افراد سیگاری مدعی هستند که سیگار باعث کاهش عصبانیت و تنش و رفع اضطراب و خستگی و به آرامش رسیدن می‌شود و ترک آن این مشکلات را تشدید می‌کند. طبق گزارشات سازمان جهانی بهداشت سالانه از ۳۰۰ میلیارد دلار درآمد کمپانی‌های دخانیات ۲۰۰ میلیارد دلار آن سود خالص است. طبیعی است این شرکت‌ها به هیچ وجه نمی‌خواهند سود هنگفت خود را از دست بدهند. از سوی دیگر صاحبان پزشکی توصیه می‌کنند هیچ فردی چه به صورت فعال و چه غیرفعال، نبایستی در معرض دود دخانیات قرار گیرد و در این بین حفاظت از سلامت افراد غیرسیگاری بر عهده دولت‌هاست.

کنترل مصرف دخانیات کار ساده‌ای نیست، مسلماً تصویب یک قانون به‌تنهایی نمی‌تواند ضمانت اجرایی آن قانون را به همراه داشته باشد. لزوم انجام اطلاع‌رسانی از طریق رسانه‌ها و بویژه صداوسیما در زمینه مضرات استعمال دخانیات و همچنین اقدامات پیشگیرانه در این زمینه امروزه بیش از هر روز احساس می‌شود. اجرای کامل قانون جامع مبارزه با دخانیات نیازمند زمینه‌سازی اولیه و آماده کردن جامعه است و این کار به‌تنهایی از سوی دولت و بدون همکاری مردم و سازمان‌های مردمی امکان‌پذیر نیست.

علی اخوان‌بهبهانی / جام جم