

**أضرار التدخين**



إعداد الطالب:

**اضرار التدخين**

التدخين ليس فقط مضر على صحة المدخن انما يضر من حوله فهل تعلم مما صنعت مادة التبغ وماهي الاضرار لناجمة عن التدخين؟

**مما يصنع التبغ؟**

التبغ محصول حولي عشبي يتبع للفصيلة الباذنجانية مثل الطماطم وهو يزرع بنجـاح في كثير مـن أنواع الأراضي وتنتشر زراعتـه في مـجال واسع في المنــاطق الاستوائيـة وشـبـة الاستوائيـة والمعتدلـة وتلعب الرطوبـة دورا مهمـا في حيـاة نبـات التبغ ويشكل المـاء حوالي 90% من وزن النبـات, ويزرع التبـغ إمـا بعليـا أو مرويا.في الـوطن العربي يزرع التبـغ في عدة أقطـار أهمها سوريا، لبنان، العراق، الجزائر، ليبيا، تونس، المغرب وتعتبر العراق وسوريــا في مقـدمـة الأقطـار العربيـة المنتجة للتبغ. والتبوغ تمر بمراحل متعـددة لإظهـار التغيرات المرغوبــة ومن هذه المراحل التجفيف , التسوية , التخمير , التعتيق , التدريج والخلط .

**مما يتركب دخان السجائر؟**

يحتوى دخان السجـائر على ما يزيد عن 3600 مركب مختلف وهى تمـلك خواص مهيجة ومسرطنة , ومن المواد الموجودة في دخـان السجـائر النيكوتين , الفحوم العطـرية عديـدة النـوى , أول أكسيـد الكربون , اكرولين , أكـاسيد النيتـروجيـن والعــديـد مـن المركبـات الأخرى.

الخواص الفيزيائية و الكيمائية لدخان السجائر:

يؤدى احتراق دخان السجائر إلى إنتاج تيار الدخان الأساسي والدخان الثانوي, يدخل التيار الأساسي إلى الفم مباشرة من المنطقة المحترقة والمنطقة الساخنة عبر عمود الدخـان في السيجارة, أما التيار الثانوي فينتشر بشكل حر في الجو المحيط.

إن تركيب دخان التبغ يتعلق بظروف الاحتراق وكذلك الخواص الفيزيائية والكيمائية لأوراق التبغ المستخدمة وكذلك نوعية الورق الذي تلف به السجائر(البافرة) ونوع المصفاة التي تزود بهـا السجائر عادة وتحدث تفاعلات كيماوية وتحولات فيزيائية مختلفة في حالات نقص الأكسجين وزيادة الهيدروجين في نهـاية الطرف المشتعل للسيجـارة والذى تصـل حرارته إلى حوالي 950 درجة مئوية.

**كيف يسبب التدخين الادمان؟**

النيكوتين مادة مسببة للإدمان بشكل خطير. فالتنبيه الأولي الذي يشعر به المدخن عند التدخين يلحقه شعور بالكآبة والتعب، مما يدفعه إلى طلب المزيد من النيكوتين.

يجب الأخذ بالحسبان أن سيجارة واحدة فحسب كافية ليسير الشخص على خط الإدمان.

**اضرار التدخين الصحية :**

– سرطان الرئة وتظهر بنسبة 70% لدى المدخّنين أكثر من غيرهم .

– سرطان الحنجرة ويظهر بنسبة 10 % لدى المدخنين أكثر من غيرهم .

– الإمراض القلبية المختلفة

– ارتفاع الضغط الدموي وتسارع في نبضات القلب أكثر من المعتاد

– الزيادة في نسبة الكولسترول في الدم .

– الرائحة الكريهة المنبعثة من الفم وتسوس الأسنان

– التهاب اللثة .

– سرطان الشفة

– سرطان اللسان .

– فقدان الشهية للطعام

– الأرق والتعب

– التهاب القرحة المعدية .

– تأثير خطير على الأعصاب حيث يعتبر التدخين سم الأعصاب .

– تأثيره على الحواس الخمس

– يضعف القدرة الجنسية لدى الجنسين .

– على الجهاز العصبي مما يضعف الذاكرة .

– الصدعات المتكررة المزمنة .

– تأثيره على الجنين والمرأة الحامل .

**اضرار التدخين الدينية:**

– أنه معصية الله تعالى يعاقب فاعلها .

– أن الله يبغضه ويبغض متعاطيه .

– أن متعاطيه يؤذي الملائكة والكرام الكاتبين .

– أنه يؤذي المؤمنين غير المدخنين .

– أنه يفسد الهواء النقي .

– أنه تبذير, والله تعالى يقول ولا تبذر تبذيرا ).

– أنه إسراف , والله تعالى يقول : (ولا تسرفوا انه لا يحب المسرفين ).

– أنه من باب المجاهره بالمعصية , ومعلوم أن المجاهر بالمعصية أشد أثما من المسر بها , قال صلى الله عليه وسلم كل أمتي معافى الا المجاهر )

**حقائق علمية:**

* هل تعلم ….
* ان المدخن المنتظم يفقد خمس دقائق من عمره مقابل كل سيجاره يدخنها .
* ان دراسة 34440 مدخنا لمدة 20 سنه بينت ان 10072 مدخنا توفوا خلال هذه المده .
* ان معدل وفيات المدخنين ضعف معدل وفيات غير المدخنين .
* ان حجم ضحايا التدخين بلغ 3،5 مليون إنسان حسب آخر إحصاءات منظمة الصحه العالميه .
* ان حجم تجارة التبغ يبلغ 266 مليار دولار في العام .
* ان ميزانية الدعايه للتدخين تبلغ 2,6 مليار دولار في العام .
* ان %85 من حالات سرطان الرئه تحدث بين المدخنين

يتكون الدخان من مواد كيميائية تضر الصحة بشكل مباشر وهذه المواد هي

– النيكوتين

– القطران

– غاز أول أكسيد الكربون وغاز ثاني أكسيد الكربون

– أكسيدات النيتروجين

– غاز النشادر

– البولونيوم

– مواد أخرى شديدة السمية

**أولا: النيكوتين**

مادة كيميائية سامة وهي من أشباه القلويدات ويرجع معظم إليها معظم الآثار التي تلحق بالمدخن ” 60 ملجم من هذه المادة كافية لقتل إنسان بالغ لو أعطيت له دفعة واحد عن طريق حقنها في الوريد “وهو نوع من نوع أدوية الإدمان التي تمتص من الرئة وتعمل على الجهاز العصبي والاوعة الدموية والقلب

ومن تأثيراتها :

– يؤثر في الجهاز التنفسي

– يساعد على إفراز عدد من الهرمونات مثل الادرينالين والنور أدرينالين والتي بدورها تؤدي إلى زيادة سرعة ضربات القلب وعدم إنتظانها

– الجهاز العصبي حيث أن له تأثيرا منبها وتأثيره انحطاطي

– يقلل من حركة الاهداب الصغيرة جدا التي تساعد على إزالة المخاط من المجاري الهوائية بالرئتين

– يسبب إنقباضا في أوعية الدم الصغيرة في العين

**ثانيا: غاز ثاني أكسيد الكربون**

ينتج عن احتراق التبغ وكذلك الورق الملفوف به السجائر وهو ضار جدا. وهو يقلل من نقل الأكسجين المحمل بكرات الدم الحمراء إلى أنسجة الجسم خاصة عضلة القلب ويهيج الغشاء المخاطي للفم والقصبات و الشعب والحويصلات الهوائية

**ثالثا : القطران**

مادة لزجة تشبه شكلها الزفت الذي يستخدم في رصف الشوارع وينتج القطران من احتراق التبغ ويؤدي إلي انسداد المجاري التنفسية هذا الشكل اللزج عبارة عن مادة صمغية وهي “هيدروجين فحمي” وتستخدم هذه المادة أساسا في المتفجرات ومواد الطلاء وهذه المادة تسبب السرطان بسبب المادة الموجودة فيه وهي ” البنزوبايرني”

وقد ذكر في القرآن الكريم كعذاب لأهل النار .

**رابعا: الاكاسيد النيتروجينية**

يؤدي إلى زيادة إفرازات الغشاء المخاطي للقصبات الهوائية مما يسبب تضخم الغدد الليمفاوية في القصبات الهوائية

**خامسا: غاز النشادر الكاوي**

مادة لاسعة تؤدي إلى تكوين الطبقة الصفراء على سطح الأسنان. ويؤذي غدد الطعم والذوق الموجودة على اللسان. ويزيد من إفراز اللعاب ويهيج السعال ويعرض الإنسان إلى تكرار الإصابة بالزكام والتهاب الفم والحلق والبلعوم

**سادسا: مادة البولونيوم**

مادة لها نشاط إشعاعي بسبب السماد الفوسفاتي الذي تستخدمه مزارع التبغ

وهو غني بمادة اليورانيوم المشع وتتركز هذه المادة المشعة بجسم المدخنين على مدار سنوات التدخين ولذلك تساعد على الإصابة بالسرطان

**وهناك مواد أخرى منها**

– مادة ميتولية

– البريدين

– البوتاس

– النيكوتيانين

– الكولليدين

– الايدروجين

– وحامض البرسيك