

(أضرار التدخين)

تعريف التدخين

التدخين هو قيام المدخن بإدخال الدخان إلى الفم ومن ثم إلى الشعب الهوائية، ومن ثم إلى الرئتين، ويحصل المدخن على هذا الدخان من الأرجيلة والسيجار، والسيجارة أيضاً، وأيضاً من خلال الغليون المائي، والدخان يحتوي على مجموعة كبيرة من المواد السامة لجسم الإنسان ومن هذه المواد، غاز أول أكسيد الكربون، النيكوتين وهو من المواد السامة بشكل كبير للإنسان، وعنصر الرصاص الثقيل، ومادة القطران حيث إنّ هذه المادة هي المسبب الرئيسي لإصفرار الأسنان، وعنصر البلونيوم وهذا العنصر يتراكم في الرئتين ويعمل على إتلافهما، ومادة الزرنيخ وهذه المادة سامة وتستخدم في القضاء على الحشرات، وأيضاً الكحول حيث يضيفها مصنعو الدخان لإضافة المذاق الطيب إلى الدخان، وأيضاً لإضفاء الرطوبة عليه.

تاريخ التدخين

أول ظهور للسجائر كان عام ألف وأربعمئة واثنين وتسعين، حيث اكتشف البحارة الإسبان القارة الأمريكية، ورأوا هناك شجرة التبغ، بينما ظهرت السجائر في الدول العربية في سنة الألف من الهجرة النبوية، والذين أدخلوا السجائر إلى البلاد الإسلامية هم النصارى، وكان التدخين في هذه الأوقات دليل على الرقي والغنى.

أسباب التدخين

- ١- الضيق الناتج عن البطالة التي تواجه قسمًا كبير من الشباب، وبالتالي يهرعون إلى التدخين.
 - ٢- عدم الاستقرار العائلي.
 - ٣- التقليد الأعمى للوالد والأقران.
 - ٤- إعطاء الأطفال والمراهقين بعض الأموال، وعدم سؤالهم عن كيفية صرفهم لهذه النقود، أي قلة رقابة الوالدين على أبنائهم.
 - ٥- البيئة المدرسية السيئة كتدخين المعلم أمام التلاميذ.
- ويجدر الانتباه إلى أنّ تلك ليست مبررات لكي يقحم المدخن صحته في هذه الحالة السيئة.

أضرار التدخين

يرفع من نسبة الإصابة ببعض أنواع السرطانات مثل سرطان الرئة، وسرطان اللسان والمريء والمعدة، والبنكرياس والإثني عشر.

يسبب العديد من المشاكل في الجهاز الهضمي، منها فقدان التذوق بالشكل الصحيح، وقرحة المعدة، وأيضًا عسر الهضم.

تدخين المرأة الحامل أو تعرّضها للدخان السلبي يزيد من احتمالة الولادة المبكرة، وذلك لأنّ مواد التدخين تعمل على فصل المشمية عن جدار الرحم، كما أنّ أول أكسيد الكربون والنيكوتين إلى منع وصول الأوكسجين والغذاء إلى الجنين بالشكل المطلوب، وكما أنّ موادّ التدخين ترفع من نسبة الإجهاض يقرب من مرحلة الشيخوخة حيث إنّهُ يزيد من أعداد التجاعيد والخيوط الرفيعة على البشرة.

يسبب رائحة كريهة للفم، ويغيّر من لون اللثة والشففتين، ويضعف الأسنان وبالتالي تسقط.

يلوث الهواء وذلك بسبب الدخان المنبعث منه، كما أنه يلوّث جمال ونظافة البيئة، عند رمي المدخنين أعقاب السيجارة من السيارة.
يسبب السعال الشديد للأفراد كما أنه يؤخّر من شفائهم من نزلات البرد والإنفلونزا.

في التدخين صرف للأموال بلا وجه شرعي.

اللهم صلّ وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين

تم وبحمد الله

حقوق النشر محفوظة لموقع: اللجنة الوطنية لمكافحة التبغ