

يك باور غلط

بر خلاف تصور عمومی که عده‌ای معتقدند وجود آب قلیان جلوی مواد مضر و سمی آن را می‌گیرد، بیشتر این مواد سمی از جمله نیکوتین و خاکستر وارد ریه می‌شوند و به خاطر دم‌های عمیقی که فرد برای جذب دود می‌گیرد، تخریب‌های جدی به حبابچه‌های ریه وارد می‌شود. همچنین به دلیل مرطوب بودن راه‌های هوایی و مجرای خروج دود، قلیان می‌تواند عامل مهمی جهت رشد میکروب‌ها و قارچ‌ها باشد و این میکروب‌ها و قارچ‌ها به راحتی توسط دود، وارد دستگاه تنفس شده و ایجاد عفونت‌های مزمن می‌کند.

مضرات قلیان

مواد سمی قلیان نه تنها کمتر از سیگار نیست بلکه بعضی مواد از جمله دوده، مونوکسید کربن و نیکوتین آن بیشتر از سیگار است. آب هیچ‌گونه فیلتر و محافظی در مقابل دود ایجاد نمی‌کند. با مصرف قلیان بیش از ۶۰۰ ماده سمی و مهلک را وارد ریه خود و فرزندان و خانواده خود می‌کنید. هر وعده قلیان برابر مصرف یک پاکت سیگار است و عمق پک زدن به قلیان ده برابر بیشتر از پک زدن به سیگار است. کشیدن قلیان حجم تنفسی بدن را کاهش داده و

مواد سمی ناشی از نوع توتون و تنباکوی قلیان، سلامت افراد را با خطر روبرو می‌کند این ترکیب به علت حرارت زیاد، موادی را وارد بدن می‌کند که عوارض ناگواری برای انسان به دنبال دارد.

بنا به گفته‌ی متخصصان دود استنشاق شده از قلیان، نه تنها همه‌ی مواد سرطان‌زای دود سیگار را دارا است، بلکه مونوکسیدکربن بیشتری هم دارد.

شخص مبتلا به بیماری‌های مختلف ریه اگر به استعمال دخانیات و کشیدن قلیان ادامه بدهد بدون شک مبتلا به سرطان ریه و دستگاه تنفسی خواهد شد، بنابراین علاوه بر بیماری‌های ذکر شده، رینیت آلرژیک و سرفه‌های مزمن همراه با خلط را برای فرد به همراه دارد.

سرطان ریه، سرطان لب و دهان و حنجره، سرطان مری و معده، لوزالمعده، کبد و سرطان روده بزرگ از عوارض بدخیم و زخم‌های گوارشی، ریفلاکس معده (برگشت اسید معده به مری) از جمله عوارض خوش‌خیم استفاده از سیگار و قلیان هستند.

مصرف اشتراکی از قلیان می‌تواند منجر به افزایش احتمال سل و ویروس‌های هپاتیت و تبخال شود.

به علاوه، دود قلیان مجموعه‌ای از مواد سرطان‌زای دیگر را دارد که ناشی از سوختن زغال است و خطر انتقال بیماری‌های عفونی مانند سل را نیز افزایش می‌دهد.

مضرات استفاده از قلیان برای خانم‌ها خصوصاً زنان باردار همانند استفاده از سیگار است و همان طور که دود سیگار برای اطرافیان مضر است دود قلیانی که پدر یا مادر می‌کشند و در داخل محیط پخش می‌شود همان اثرات سمی سیگار را برای کودکانشان دارد.

**بزرگی و شان انسان ،
در بزرگی و شأن حقیقتی که بر لبان
جاری می‌سازد،
در یاری و مساعدتی که بذل
می‌کند،
در مقصدی که می‌جوید،
و در چگونگی زیستن او نهفته است.**

مضرات دود قلیان برای دیگران

مصرف قلیان در اماکن سرپسته مثل سفره خانه‌های سنتی یا قهوه خانه‌ها عوارض آن را دو چندان می‌کند و سلامت اطرافیان به ویژه کودکان و نوجوانان را در معرض خطر جدی قرار می‌دهد.

مصرف قلیان در اماکن عمومی و پارک‌ها نه تنها دیگران را در معرض آثار منفی دود دخانیات قرار می‌دهد، بلکه خود یک نوع ترویج و اشاعه فرهنگ مصرف دخانیات در جامعه برای کودک و نوجوانان است.

در تحقیقاتی که انجام شده کودکانی که در خانه با دود مواجه هستند، امکان بیشتری برای بروز بیماری‌های ریوی، تنفسی و انواع سرطان‌ها دارند.

همچنین دود سیگار و قلیان برای زنان باردار مضر است زیرا از طریق جفت عبور می‌کند و مشکلات زیادی را برای جنین بوجود می‌آورد که به سندرم تنباکو معروف است.

مضرات تنباکو میوه‌ای

تنباکوهای تحت اصطلاح میوه‌ای و عطری نه تنها بی ضرر نیست بلکه عوارض بیشتری نسبت به تنباکوی ساده دارد زیرا مواد آروماتیک موجود در آن‌ها با سوخته شدن خاصیت سمی و سرطان‌زایی دارند. بعلاوه مزه بهتر آن‌ها باعث گرایش بیشتر جوانان و نوجوانان به سمت این مواد و ایجاد وابستگی در آن‌ها خواهد شد.

منابع مطالب بروشور: سایت دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی، سایت ویکی‌پدیا، سایت پارسی طب، سایت همشهری و سایت ایسنا.

**برای کسب اطلاعات بیشتر درباره
مضرات قلیان و سیگار به وب لاگ زیر
سر بزنید:
www.notobacco.blogfa.com**

صدای قل قل قلیان یادآور مرگ است

«دخانیات به هر شکل کشنده است»



با مصرف قلیان بیش از ۶۰۰ ماده سمی و مهلک را وارد ریه خود و فرزندان و خانواده خود می‌کنید.

بعد از خواندن، این بروشور را برای مطالعه به فردی دیگر بدهید و از او بخواهید که همین کار را انجام دهد.
www.notobacco.blogfa.com