

ترک دخانیات؛ مسئولیت همگانی برای کنترل کرونا

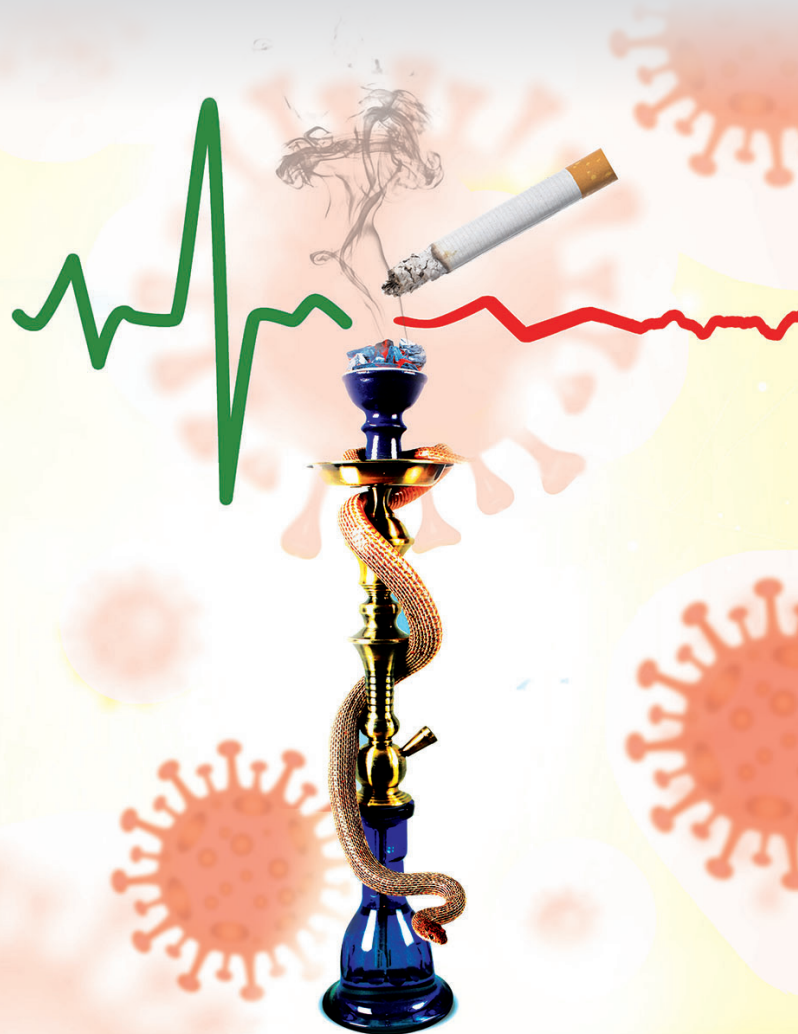
خانواده، هسته اولیه تشکیل جوامع انسانی است. خانواده سالم بنیان گذار جامعه سالم بوده و انسان سالم محور توسعه پایدار ملت‌هاست. سلامت نه فقط سلامت جسمانی بلکه سلامت اجتماعی و روانی را نیز شامل می‌شود. برای دستیابی به سلامت در همه ابعاد آن، تلاش گسترده‌ای ضروری است که کار یک سازمان و نهاد به تنهایی نیست بلکه عزم جزم سازمان‌های مختلف مرتبط و همکاری و تلاش آحاد مردم را با این سازمان‌ها می‌طلبد. امسال شعار سازمان جهانی بهداشت در رابطه با دخانیات «محافظت از جوانان در برابر فریبکاری و ترفندهای صنایع دخانی و پیشگیری از مصرف دخانیات و نیکوتین در آن‌ها» است. همچنین شعار ملی «محافظت از سلامت عمومی در برابر ترفندهای صنایع دخانی و بیماری کرونا» انتخاب شده و ۶ تا ۱۲ خرداد ماه سال جاری نیز به عنوان هفته ملی بدون دخانیات در نظر گرفته شده بود.

بر اساس نتایج مطالعات انجام شده، عوارض زیان‌آور مصرف قلیان بیش از مصرف سیگار است. در هر یک قلیان حدود ۵۰۰ سی سی و در هر یک سیگار حدود ۵۰ سی سی دود وارد بدن مصرف کننده می‌شود. میزان مواجهه فرد با دود قلیان ۱۰ بار بیشتر است و فرد سیگاری حدود ۱۰ تا ۱۵ پک به سیگار می‌زند در صورتی که در هنگام مصرف قلیان این عدد به ۱۰۰ تا ۱۵۰ پک می‌رسد. تنباکوی قلیان که حاوی مواد معطر یا اسانس‌های زیادی است، متأسفانه شرایط تجزیه و ترکیب مواد سمی را مهیامی کند. همچنین زغال روی قلیان منوکسید کربن بالاتری دارد از این رو قلیان یک روش مصرف دخانیات با بیماری‌زایی، بیشتر است. متأسفانه برخی خانواده‌ها کشیدن قلیان در جمع‌های دورهمی را یک رفتار عادی می‌پندارند و اینکه عبور دود از میان آب قلیان باعث تصفیه آن می‌شود نیز یک باور غلط است زیرا دود مرطوب باعث افزایش جذب مواد سمی در بدن می‌شود.

به طور کلی، ریه‌ها در مصرف کنندگان دخانیات اعم از سیگار، قلیان و نظایر آن، آسیب می‌بیند و نمی‌تواند عملکرد کامل و مناسب خود را انجام دهد. به همین علت، این افراد از نظر ابتلا به عفونت‌های دستگاه تنفسی در معرض خطر بالاتری قرار دارند. همچنین

رضا فرح زاد

کارشناس سلامت هوا و محیط زیست
دانشگاه علوم پزشکی مشهد



مصرف دخانیات بر سیستم ایمنی نیز مؤثر است و مبارزه بدن با عفونت را دشوارتر می‌کند. مصرف‌کنندگان دخانیات نسبت به دیگر افراد جامعه ایمنی پایین‌تری داشته و در مقابل هرگونه عفونت از جمله ویروس‌ها بیشتر تحت تأثیر قرار می‌گیرند. ایمنی ضعیف ناشی از اعتیاد به نیکوتین، به افزایش بیماری‌ها و اختلال‌های جدی از جمله بیماری قلبی منجر می‌شود. کرونا ویروس به سیستم‌های تنفسی و قلبی و عروقی آسیب می‌رساند و سبب ایجاد علائمی مشابه آنفلوانزا از قبیل تب، سرفه، تنگی نفس، گلودرد و خستگی می‌شود. آلودگی به کرونا ویروس در افراد مصرف‌کننده مواد دخانی از سطح خطر جدی‌تری برخوردار است و حتی می‌تواند منجر به مرگ زودرس در اثر نارسایی تنفسی در آن‌ها شود. دوره کمون بیماری در این دسته افراد بسیار کوتاه بوده یا اصلاً وجود ندارد. افراد مصرف‌کننده مواد دخانی مستعد ابتلا به بیماری‌های قلبی هستند.

همچنین این افراد در معرض خطر ایجاد علائم شدید کرونا ویروس هستند؛ زیرا دود دخانیات یک سرکوب‌کننده سیستم دفاعی بدن است و افرادی که سیستم دفاعی آن‌ها سرکوب شده است اگر به بیماری کرونا ویروس مبتلا شوند، در معرض خطر بیشتری هستند. بیماری کرونا ویروس در مصرف‌کنندگان مواد دخانی مبتلا به ویروس دیرتر تشخیص داده می‌شود؛ چرا که سرفه کردن در این افراد امری عادی بوده و خود و اطرافیان آن‌ها علامت سرفه را جدی نمی‌گیرند. در ضمن افراد آلوده و مصرف‌کنندگان مواد دخانی، به ویژه ناقلان بدون علامت، سهم بالایی در انتقال بیماری به واسطه سرفه مزمن سیگاری‌ها دارند. خانواده این افراد به واسطه مواجهه مستمر و طولانی با دود دست دوم مواد دخانی، ریسک بالاتری را نسبت به ابتلا به بیماری کرونا

ویروس و سایر بیماری‌های مرتبط با مصرف دخانیات تجربه می‌کنند. مصرف‌کنندگان مواد دخانی زودتر و بیشتر از دیگران دچار استرس شده و شرایط قرنطینه را برای خانواده نامناسب‌تر می‌کنند.

از سوی دیگر عدم توانایی افراد مصرف‌کننده دخانیات در مدیریت و جلوگیری از تماس با ویروس، از قبیل تماس دستی و دهانی سبب می‌شود تا پروسه استعمال دخانیات (از خرید تا باز کردن پاکت، استفاده از فندک یا کبریت آلوده، تماس دست و فیلتر آلوده با مخاط دهان و غیره) خطر انتقال ویروس را بیشتر از دیگر افراد جامعه تشدید کند. همچنین مصرف قلیان در محیط‌های عمومی به علت استفاده مشترک موجب خطر انتقال ویروس کرونا در محیط‌های اجتماعی می‌شود و از طرفی عبور دود قلیان از مسیر مشترکی که در ساختار قلیان وجود دارد شامل قسمت دهانی، لوله و جام موجب بقا و انتقال میکروارگانیسم‌های منتقل شده از افراد مصرف‌کننده در این قطعات می‌شود. قلیان کشیدن چون نیازمند استفاده از شیشه قلیان و شیلنگ اشتراکی است می‌تواند انتقال ویروس کرونا را در محیط‌های عمومی و اجتماعی تسهیل کند. در سیگار کشیدن نیز انگشتان دست و احتمالاً سیگارهای آلوده در تماس با لب‌ها هستند که احتمال انتقال ویروس از دست به دهان را افزایش می‌دهد.

وظایف مسؤولان بهداشت در کنترل مصرف دخانیات، نظارت و جلوگیری از هرگونه عرضه و مصرف قلیان در اماکن عمومی در اجرای آیین نامه قانون جامع کنترل و مبارزه ملی دخانیات، نظارت بر اخذ مجوز عاملیت فروش مواد دخانی طبق تبصره ماده هفت قانون جامع کنترل دخانیات توسط فروشندگان و ساماندهی وضعیت مراکز عرضه مواد دخانی است که نیاز به همکاری کلیه دستگاه‌ها و همچنین همراهی خود مردم را دارد.

منابع } * <https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019-farsi> * معاونت بهداشتی وزارت بهداشت و درمان (سلامت من)

به این موضوع امتیاز دهید (۱۰ تا ۱۰۰). کد موضوع ۱۰۵۳۲ پیامک ۰۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۱. نحوه امتیازدهی: امتیاز - شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۸۰ - ۱۰۵۳۲)