

التدخين السلبي:



ثبت الآن وبشكل قاطع أن للتدخين آثاره السلبية على اقارب المدخنين المرغمين على استنشاق دخان التبغ الذي يدخنه المدخن وخاصة في الاماكن المغلقة أو الضيقة.

مؤخراً أثبتت الدراسات أن استنشاق دخان السجائر من قبل غير المدخنين لا يقل ضرراً عن التدخين الايجابي إن لم يكن أشد ضرراً!

إن الدخان الذي يطلقه المدخن يحتوي على النيكوتين وأول اكسيد الكربون وحامض السينيل بالإضافة إلى المواد المسرطنة ، وتسبب هذه المواد تهيجاً في الاغشية المخاطية في العين و الجهاز التنفسي العلوي ، بالإضافة إلى الاحساس بالدوخة و الصداع و الغثيان ، وإن التعرض لهذه المواد لفترة طويلة يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات في أداء بعض الاجهزة مثل الجهاز التنفسي و الجهاز الهضمي و جهاز المناعة ، فيصاب المتعرض وخاصة من كان في سن الطفولة إلى التهابات في الجهاز التنفسي وضعف في الشهية و توتر وصداع ، بالإضافة إلى الحساسية المزمنة

إنه من المهم معرفة أن التدخين السلبي سبب مهم للإصابة بكثير من الأمراض ، ومن أهمها الإصابة بسرطان الرئة الذي يحدث بسبب استنشاق الهواء الملوث ، فقد وجد أن الإصابة بنوع معين من سرطان الرئة ترتفع عند نساء المدخنين بنسبة 2 – 4 اضعاف عن نساء غير المدخنين ، كما وجد أن التدخين السلبي هو أحد أهم أسباب العقم عند الرجال ، ومن الملاحظ أن اكثر الناس تضرراً من التدخين السلبي هم مرضى القلب الذين يصابون بذبذبات صدرية عند تعرضهم لدخان السجائر ، وذلك بسبب اتحاد الهيموجلوبين في الدم مع اول ثاني اكسيد الكربون بدلاً من الاكسجين فتقل كمية الاوكسجين الذي يصل إلى

عضلة القلب وتحدث المشكلات بسبب ذلك ، كما أن مرضى الجهاز التنفسي و الحساسية هم أيضاً أكثر تأثراً من غيرهم بالتدخين السلبي.

لذلك فانك ايها المدخن لا تؤذي نفسك فقط انما قد تؤذي ايضا اعز من لديك

