قضية الأسبوع

احذروا.. المدخنون

رجل المرور: يخطئ السائق المدخن الألوان فيخترق إشارة الضوء الأحمر

● كشف الخبراء حقيقة مؤلمة ظلت طوال عقود مضت في إطار السرية بفعل بذل شركات التبغ وصناعة السجائر لمئات الملايين من الدولارات للإبقاء عليها سراً.

إن السيجارة الواحدة تتكون من عدة مركبات كيميائية يصل عددها إلى أكثر من أربعة آلاف مركب كيميائي منها أكثر من أربعين مركباً تسبب السرطان.

وقد أكد الخبراء أن السبب الرئيسي لوفاة المدخن ليس النيكوتين فقط وإنما المركبات الكيميائية الأخرى والتي قيل أن عددها واحد واربعون مركباً وأن كل سيجارة تحتوي على ما يتجاوز ٢٤ مادة مضافة من النكهات المحلية بحيث تصل نسبتها في بعض أنواع السجائر إلى ٤٪ من حجم السيجارة الواحدة.

كل هذه السموم التي يؤكدها الخبراء لم ترد ع المدخنين، بل وما زال الآباء والأمهات يصرون على التدخين لدرجة أن هذا الأمر جعل شبابنا يعتقدون بأن التدخين أمر طبيعي، بل إنه أصبح دليلاً قاطعاً على الدخول لمرحلة الشباب والرجولة.

يسيرون في الطرقات وتجدهم في الحدائق وفي الباصات والمكاتب والمستشفيات والمطارات والجامعات ومقايل القات.. شباب ما زالوا في بداية الطريق نحو مستقبلهم، إنهم يدخنون بفخر ويشعرون وهماً بالرجولة.

تحقيق/ نجلاء علي الشيباني

جمال أحمد /طالب/: التدخين يجعلني أنتقل إلى عالم آخر من عالم الهموم والمشاكل والخوف من المستقبل إلى عالم الحرية والانطلاق، ففي كل سيجارة أقوم بتدخينها أشعر بأن صدري ينشرح أكثر.

يشاطره الرأي زميله هيثم سعيد، ويضيف: إن التدخين ليس له أضرار كما يحاول أن يخيفنا الباحثون، الإنسان إذا جاء أجله سوف يموت سواء بالتدخين أو بغيره، وأنا إلى الآن لم ألحظ أي تغير في حياتي رغم أني أدخن ما يزيد عن علبة كاملة في اليوم.

أوهام!!

البعض يتوهمون أن التدخين مهم ومن ضرورات الحياة، حيث يقول محمد ثامر /موظف/ التدخين أصبح ضرورة ملحة خاصة للأشخاص الذين يعملون في وظائف حساسة مثل المحاسب، الصحفي، المحامي، مهندس الكمبيوتر، وغيرها من الأعمال المعقدة حتى أننا نشاهد مجموعة لا بأس بها من الأطباء الذين يعرفون أضرار التدخين تمام المعرفة يدخنون، قد تكون الكمية محدودة لكن في النهاية هو يدخن.

وترى الطالبتان سحر وشذى أنهما لا تشعران بقيمة الحياة ومتعتها إلا بعد جلسات مطولة مع زميلات من طالبات الجامعة حول الشيشة وجلسات القات لساعات، خاصة أيام الإجازات، وتقولان بأن الشيشة تضفي على المكان جواً من السعادة وتجذب الأخيرات إلى هذا التجمع الذي لا يخلو من المرح والسعادة.

بالمقابل ترى الطالبة حنان بأن أضرار التدخين وسلبياته تمثل سبباً كافياً يدفع الشباب ليبتعد عن هذه الآفة آلاف الأميال.

محمد القياضي /موظف/ يتضايق كثيراً من الدخان الذي يتصاعد من سجائر الآخرين الذين لا يراعون حرمة مكان العمل وحرمة الأفراد الآخرين الذين لا يتجهون بصورة أو بأخرى للتدخين بكافة أنواعه ومغرياته، ويتمنى لو أن الدولة تفرض عقوبات ضد المدخنين والمدخنات لما يسببوه من أضرار لمن حولهم سواء كانوا كباراً أو صغاراً.

ويعتقد أسامة شوكت الذي وضع في مكتبه ملصقاً مكتوب عليه (ممنوع التدخين من فضلك) بأن هذه العبارة قد حققت قدراً لا بأس به من النجاح، فأي شخص يحضر إلى مكتبه يلحظ الملصق فيطفئ السيجارة أو أنه لا يدخن إطلاقاً إلا بعد خروجه من المكتب.

أما هشام حمود الذي يتابع الموضة وتطورات العصر فهو يرى أن التدخين صورة من صور التطور أو صفة عصرية يجب أن يتعاطاها الشباب "لينال احترام الآخرين" ويثبت لهم أنه أصبح شاباً كبيراً قادراً على تحمل مسئولياته بكل جدارة، والتدخين يساعده على إبراز نفسه أمام الآخرين بوضوح.

ذات الاعتقاد يسيطر على الشابة وداد التي تعتقد أن المرأة العصرية هي التي تتقن التدخين، خاصة الشيشة، إذا كانت في منزلها والسيجارة إذا كانت في قاعة الأعراس مثلاً أو التجمعات الكبيرة، قائلة: كانت المرأة قديماً تأخذ مداعتها في كل مكان تكون فيه فتسبب إحراجاً لنفسها وللآخرين، أما الآن فمعظم النساء يدخن بطريقة أرقى وباستخدام طرق حديثة وأنواع متطورة من السجائر إضافة إلى الغليون.

قصص واقعية

يتضايق أولياء الأمور إذا رأى أي منهم ولده يدخن سواء مع رفاقه أم متخفياً في المنزل.

عبدالله الرميم لاحظ أن ولده يدخل الحمام ويتأخر فيه لفترات غير طبيعية وإذا سأله لماذا تتأخر في الحمام، كان يختلق أعذاراً لا أساس لها ليبرر موقفه، وبعد أن تابع عبدالله تحركات ولده ورغبته الملحة في الحصول على المال من والده عرف بأن ابنه يأخذ سجائر من البقالة القريبة من المنزل، عبدالله يدخن سيجارة روثمان وابنه يدخن سيجارة كمران وهذا ما لفت انتباه عبدالله عندما أخبره صاحب البقالة بأن ابنه أخذ خلال شهر كمية كبيرة من سجائر الكمران فحاول بعدها أن يجعل ولده يقلع عن التدخين بكل الطرق لكنه لم يتمكن من ذلك، فقد كان الولد يقلع عن التدخين داخل المنزل لكنه لم يتمكن من أن يجعله يترك التدخين خارج المنزل.

وليد جلال الريمي يدخن وبصورة كبيرة رغم أنه ما زال شاباً فهو يدخن في الأماكن العامة وفي المقايل وحين أخبر الجيران جلال عن الكمية الهائلة التي يدخنها ابنه من السجائر أراد أن يجعله يقلع عن التدخين لكنه لم يفلح في ذلك فلجأ للضرب لكن الولد رفض الرضوخ لرغبة والده في الإقلاع عن التدخين قائلاً: أولاً أترك أنت التدخين وانصح بعدها الآخرين أو اطلب منهم أن يبتعدوا عن التدخين وإذا كنت أنت قادر يا أبي أن تترك التدخين فسوف أتركه معك، وقال لماذا تحرم التدخين على الآخرين وتحلله لنفسك، لحظتها لم يتمكن جلال من الرد على ابنه ورضخ للواقع المؤلم وطلب من ولده بعدها التقليل من كمية التدخين.

أمة اللطيف تلحظ اختفاء دائماً لنقودها التي تحصل عليها من زوجها ليكون مصروفاً لها وللمنزل طوال الشهر، فتربيتها الطيبة لأبنائها تجعلها تبتعد كل البعد عن الشك بأحد أفراد أسرتها، فقررت يوماً أن تخفف من هذه الثقة وتتوجه إلى غرف أبنائها لتبحث فيها بعد خروجهم منها وبعد أن خرج الأبناء توجهت أمة اللطيف إلى غرفة بناتها وبحثت فيها لكنها لم تجد أي شيء، فرحت لهذا وتوجهت بعدها إلى غرفة أبنائها فوجدت تحت سرير ولدها الذي لم يتجاوز عمره ١٨ عاماً علبة مليئة بالسجائر، فجن جنونها وعندما سألت الابن عن سر وجود هذه العلبة في غرفته وتحت سريره بالذات اعترف لها بأن علبة السجائر ملك له وقد اشتراها من المال الذي حصل عليه من المكان الذي تخبئ فيه الأم مصروف المنزل الشهري، وحين سألته عن كيفية تعلمه للتدخين أخبرها أن أصدقاءه وزملاءه في الحي والمدرسة يدخنون فتعلم منهم وأصبح لا يمكنه الاستغناء عنها ولأنه لا يملك المال لشراء علبة السيجارة التي كان يحصل على واحدة منها يومياً من أصدقائه اضطر أن يمد يده إلى مال والدته.

يضربون أمهاتهم ويشتمون آباءهم في سبيل (علبة سيجارة)..!

أما جارتها فهيمة التي ضربها ولدها لأنها رفضت أن تعطيه قيمة علبة السيجارة فهي تكره التدخين الذي دفع ولدها لرفع يده عليها وهي في سن الشيخوخة لأنها لم تلب رغبته.

تشكي عائشة وزوجها أحمد الأديمي من الإعلانات التي تجذب الشباب وتحسن صورة التدخين والمدخنين سواء إعلانات التلفزيون أو الجرائد التي تجعل من الشاب المدخن شاباً عصرياً وراقياً.. والتي تظهر بأن التدخين والسجائر لا تحمل أي نوع من الأضرار إضافة إلى الموضة الجديدة التي ظهرت حالياً بين الشابات اللواتي يفضلن التجمع حول الشيشة.. للسمر والحديث وأيضاً المذاكرة، كما يتمنيان أن تلعب المدرسة دوراً توعوياً في هذا الجانب.

المعلم علي أحمد بن أحمد العزيزي وكيل مدرسة البطيحي يقول: إن معظم الطلاب المراهقين في مدرسته يرون أن إثبات رجولتهم لا تكون إلا عن طريق التدخين وتقليد آبائهم في طرق التدخين وأنواع السجائر التي يقوم بشرائها الكبار، وإذا حاول أحد المعلمين توضيح أضرار التدخين للطالب فإننا نفاجأ برد الطالب: إذا كان هذا الأمر خطراً علينا ويقودنا للموت المحتوم فلماذا يدخن آباؤنا ولا يموتون بسهولة كما تقول يا أستاذ.. لهذا فإننا نريد من أولياء الأمور أن يتعاونوا معنا لتعليم الطلاب المراهقين أضرار التدخين لأننا داخل حرم المدرسة لا نسمح للطالب بالتدخين ولكن خارج المدرسة فإننا نلاحظ طلاباً يدخنون بلا مبالاة ولا اعتبار لأحد.. ونحن في هذه الحالة لا نستطيع أن نعمل لهم شيئاً غير النصح والإرشاد.

مخاطر التدخين

من الملاحظ في السنوات الأخيرة أن نسبة الأمراض الصدرية وخصوصاً الربو تضاعفت خلال العقدين السابقين، أسباب مثل هذه الزيادة كثيرة ومنها التغيرات البيئية في الأجواء المحيطة بنا، إلا أن أحد أهم أسباب مثل هذه التغيرات، انتشار التدخين حيث يعد دخان التبغ بجميع أنواعه أحد أكثر المواد التي تهيج وتؤثر على الصدر، ونقصد بالتبغ هنا التدخين والغليون والشيشة والمعسل وما شابهها حسب قول الطبيب عبدالله الذبحاني/ طب عام والذي أضاف قائلاً: تأثيرات التدخين كثيرة ويتطلب تعدادها مجالاً أكبر، إلا أن أهمها أمراض الرئة مثل الربو ومرض الانسداد الرئوي المزمن وسرطان الرئة، وكذلك أمراض القلب وشرايينه وأنواع كثيرة من الأورام الخبيثة والحميدة.

وأوضح الدكتور الذبحاني أن المشاكل الصحية السابق ذكرها ناتجة عن تأثير التدخين المباشر على الرئتين والجسم، وهذه المشاكل ليست الوحيدة الناتجة عنه، ولكنها تتوسع وتمتد إلى البيئة المحيطة بالمدخن أو بما يسمى بالتدخين السلبي الناتج عن استنشاق دخان سجائر من قبل شخص آخر، ليدفع مثل هذا الشخص البريء الضريبة لخطأ شخص آخر.

ويواصل الدكتور حديثه قائلاً:

– التدخين السلبي ينتج عند إشعال المدخن السيجارة في مكان مغلق أو عام، مثلاً أن يكون في السيارة أو داخل المنزل أو مكان العمل أو المصعد أو الأسواق، هنا نجد أن غير المدخنين عندما يتعرضون لمثل هذه المواقف تنعكس سلباً لديهم بحيث تؤثر على الجهاز التنفسي مسببة كحة وسعالاً وأزمات ربو وتؤثر على الأنف والجيوب الأنفية وتسبب حساسية العينين، كل ذلك إضافة إلى تلوث الهواء بدخان السجائر، ولقد ثبت علمياً أن تعرض غير المدخن لدخان ٤ سجائر أو ما يعادلها من الشيشة أو المعسل يساوي تدخين سيجارة، ولبيان ذلك نضرب مثلاً بسيطاً وهو عندما يقضي شخص غير مدخن سهرة مع ثلاثة أشخاص مدخنين استهلك كل منهم معدل ٨ سجائر أي ما مجموعه ٢٤ سيجارة، فكأن غير المدخن شرب ٦ سجائر، وفي اعتقادي الجازم أن مثل هذا الرقم يخيف ويتطلب وقفة حازمة وجادة من غير المدخنين لتجنب الجلوس في الأماكن المغلقة التي يكثر فيها التدخين وبذل أقصى الجهود لتكون مجتمعاتنا خالية من التدخين.

مثال آخر مقلق ومزعج في نفس الوقت، هو تدخين الأب أمام أبنائه وزوجته في المنزل والسيارة والذي يعتبر وبدون مبالغة جريمة من الأب في حق أعز الناس لديه وهم أبناؤه، فإضافة إلى احتمال تعودهم وتقليدهم لوالدهم في التدخين، يسبب التدخين مشاكل عديدة للأطفال خصوصاً من لديهم حساسية في الأنف والجيوب الأنفية أو تتطلب حالتهم استئصال اللوز.

وهناك دراسة نشرت حديثاً في مجلة أمراض الصدر الأوروبية أثبتت أن الكحة وأمراض الجهاز التنفسي أكثر لدى الأطفال الذين يعيشون بين أبوين مدخنين عند مقارنتهم مع أمثالهم من أطفال يعيشون عند أبوين غير مدخنين، كذلك احتمالية أن يتطور التهاب اللوزتين ويتطلب استئصالهما أكثر بكثير لدى الأطفال الذين يعيشون لدى أبوين مدخنين.

الدراسة التي أجريت على عينة من ٨٩٢ طفلاً بينت أن نسبة أمراض الجهاز التنفسي مثل السعال كانت ١٥٪ لدى الأطفال الذين لم تستأصل اللوزتين لديهم ويعيشون لدى أبوين مدخنين، وترتفع إلى ٣٧٪ عند الأطفال الذين استأصلت اللوزتين عنهم، مثل هذه الدراسة المهمة تبين بشكل كاف ووافٍ مدى معاناة الأطفال الذين يعيشون لدى والدين مدخنين، فما بالك بصغار السن ممن يدمنون التدخين.

التدخين وترهل الوجه

أعلن المعهد الألماني للأبحاث السرطانية في هايدلبرج، واستناداً إلى دراسات أمريكية، أن التدخين لا يضر بالرئتين فحسب، وإنما بجمال