

خودتان قضاوت کنید: زندگی، مرگ



اشاره:
این عبارتی است که این روزها روی جعبه‌های سیگار و زیر دو تصویر از ریه‌ی انسان چاپ می‌شود. در کنار جمله‌ی «دخانیات عامل اصلی سرطان و برای سلامتی زیان‌آور است» این جمله‌ها چه قدر روشن‌کننده و آگاهی‌دهنده هستند؟
«وینستون، کاپتان بلک، هما فیلتردار، تیر ۵ ستاره، اشنو ویژه و...»
به شکل‌های «ملایم، عطری، میوه‌ای» فرقی نمی‌کند. مهم بلایی است که دارد بر سر همه‌مان می‌آورد.

ورود توتون به ایران

استعمال دخانیات از زمان حکومت شاه عباس در ایران رواج یافت. ولی چگونگی ورود آن به ایران کاملاً مشخص نیست. تنها احتمالاً در سال ۱۹۵۰ میلادی توسط پرتغالی‌ها که تسلط بیش‌تری به دریاها داشتند، از راه خلیج فارس به ایران وارد شد و در سال ۱۳۰۸ در گیلان کشت شد.

در سال ۱۳۱۶ شمسی نخستین کارخانه‌ی دخانیات ایران با تولید سالانه ۶۰۰ میلیون نخ سیگار شروع به کار کرد و آن را به صورت انبوه در دسترس مردم قرار داد.

هم‌اکنون مصرف سالانه‌ی سیگار در کشور ما بیش از ۵۰ میلیارد نخ است که حدود ۲۷ میلیارد نخ آن توسط شرکت‌های داخلی تولید و بقیه وارد کشور می‌شود.

البته بسیاری از کارشناسان معتقدند این آمار واقعی نیست و میزان حقیقی به حدود ۹۳ میلیارد نخ می‌رسد و این آمار یعنی این که هر سیگاری در کشور ما در روز ۱۵-۱۳ نخ سیگار دود می‌کند.

اعتیاد به دخانیات یک همه‌گیری جهانی است. حدود ۱/۳ میلیارد سیگاری در جهان زندگی می‌کنند که نیمی از آن‌ها بر اثر ابتلا به بیماری‌های ناشی از استعمال دخانیات دچار مرگ زودرس می‌شوند.

طبق آخرین تحقیقات سازمان بهداشت جهانی، از هر ۸ نفر در جهان، یک نفر به علت استعمال دخانیات جان خود را از دست می‌دهد. به عبارت دیگر، سیگار سالانه باعث مرگ نزدیک به ۵ میلیون انسان در جهان می‌شود. هم‌چنین پیش‌بینی شده است که در صورت استمرار الگوی فعلی، این رقم تا سال ۲۰۲۰

به ۱۰ میلیون نفر برسد که متأسفانه ۷۰ درصد از قربانیان در کشورهای در حال توسعه به سر می‌برند.

بد نیست بدانید براساس تحقیقات سازمان بهداشت جهانی ۶/۱۴ درصد از ایرانیان در فاصله سنی ۱۵ تا ۶۹ ساله سیگار می‌کشند و سالانه ۵۰ هزار نفر در ایران دچار مرگ زودرس می‌شوند و هر ۵/۲ دقیقه یک نفر از این افراد بر اثر عوارض استعمال سیگار، فوت می‌کند و تنها ۵۰ درصد از سیگاری‌ها با پا به سن ۷۰ سالگی می‌گذارند و ۸ درصد برای ۸۰ ساله شدن امید دارند، در حالی که امید

زندگی افراد غیرسیگاری تا سن ۹۰ سالگی به ۳۰ درصد می‌رسد؛ ۳۰ درصدی که افراد سیگاری به هیچ وجه نمی‌توانند به آن فکر کنند.

حدود ۸۰ تا ۹۰ درصد سیگاری‌های حرفه‌ای، قبل از ۲۰ سالگی شروع به کشیدن سیگار کرده‌اند و در این میان جوانان ۱۵ تا ۲۴ ساله بیش‌تر از سایر سنین برای اولین بار سیگار را تجربه می‌کنند.

هم‌چنین میزان استفاده از سیگار در پسران بیش‌تر از دختران بوده و پسران در سنین پایین‌تری کشیدن سیگار را شروع می‌کنند.

خطر سیگار فقط به سیگاری‌ها محدود نمی‌شود و ۷۰ میلیون کودک و نوجوان در معرض استنشاق تحمیلی دود سیگار والدین‌شان هستند. همه ساله حدود ۳۰۰۰ غیرسیگاری در جهان به علت قرار گرفتن در معرض دود دست دوم، از سرطان ریه می‌میرند که این یعنی دود سیگار، مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌های قلبی را نیز برای همسران و فرزندان افراد سیگاری ۱/۳ برابر می‌کند.

خطر سیگار فقط به سیگاری‌ها محدود نمی‌شود و ۷۰ میلیون کودک و نوجوان در معرض استنشاق تحمیلی دود سیگار والدین‌شان هستند. همه ساله حدود ۳۰۰۰ غیرسیگاری در جهان به علت قرار گرفتن در معرض دود دست دوم، از سرطان ریه می‌میرند که این یعنی دود سیگار، مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌های قلبی را نیز برای همسران و فرزندان افراد سیگاری ۱/۳ برابر می‌کند.

خطر سیگار فقط به سیگاری‌ها محدود نمی‌شود و ۷۰ میلیون کودک و نوجوان در معرض استنشاق تحمیلی دود سیگار والدین‌شان هستند. همه ساله حدود ۳۰۰۰ غیرسیگاری در جهان به علت قرار گرفتن در معرض دود دست دوم، از سرطان ریه می‌میرند که این یعنی دود سیگار، مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌های قلبی را نیز برای همسران و فرزندان افراد سیگاری ۱/۳ برابر می‌کند.



کشف توتون

در سال ۱۴۹۷ میلادی، «کریستف کلمب» در اولین سفر خود به آمریکا متوجه بومیانی شد که نوعی گیاه را به هم پیچیده و پس از آتش زدن، دود آن را از راه دهان می‌بلعند و از راه بینی بیرون می‌دهند. آن‌ها گیاه خشک و خرد شده را در کیسه‌هایی به هنگام مسافرت همراه می‌بردند و گاهی مقداری از آن را نرم کرده، در چوب ذرت یا نی مغز استخوان ریخته و از دود آن استفاده می‌کردند.

سرخ‌پوستان در هنگام نبرد، تیرهای خود را به سم شیره همین گیاه می‌آلودند و سالخوردگان همیشه مقداری از این سم را در صدف یا پوست نارگیل با خود حمل می‌کردند و به هنگام ضرورت، دشمن را از پای در می‌آوردند. (خودتان حساب کنید این چه گیاهی ست که شیره آن می‌شود یک سم مهلک؟!)

۲۲ سال بعد در سال ۱۵۱۹ بزرگ‌های توتون به عنوان گیاهی شگفت‌آور به اسپانیا وارد و مردم با آن آشنا شدند و این آغاز نفوذ توتون به سراسر دنیا بود.

سرخ‌پوستان در هنگام نبرد، تیرهای خود را به سم شیره همین گیاه می‌آلودند و سالخوردگان همیشه مقداری از این سم را در صدف یا پوست نارگیل با خود حمل می‌کردند و به هنگام ضرورت، دشمن را از پای در می‌آوردند. (خودتان حساب کنید این چه گیاهی ست که شیره آن می‌شود یک سم مهلک؟!)

۲۲ سال بعد در سال ۱۵۱۹ بزرگ‌های توتون به عنوان گیاهی شگفت‌آور به اسپانیا وارد و مردم با آن آشنا شدند و این آغاز نفوذ توتون به سراسر دنیا بود.

سرخ‌پوستان در هنگام نبرد، تیرهای خود را به سم شیره همین گیاه می‌آلودند و سالخوردگان همیشه مقداری از این سم را در صدف یا پوست نارگیل با خود حمل می‌کردند و به هنگام ضرورت، دشمن را از پای در می‌آوردند. (خودتان حساب کنید این چه گیاهی ست که شیره آن می‌شود یک سم مهلک؟!)

۲۲ سال بعد در سال ۱۵۱۹ بزرگ‌های توتون به عنوان گیاهی شگفت‌آور به اسپانیا وارد و مردم با آن آشنا شدند و این آغاز نفوذ توتون به سراسر دنیا بود.

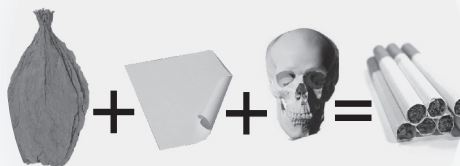
سرخ‌پوستان در هنگام نبرد، تیرهای خود را به سم شیره همین گیاه می‌آلودند و سالخوردگان همیشه مقداری از این سم را در صدف یا پوست نارگیل با خود حمل می‌کردند و به هنگام ضرورت، دشمن را از پای در می‌آوردند. (خودتان حساب کنید این چه گیاهی ست که شیره آن می‌شود یک سم مهلک؟!)

۲۲ سال بعد در سال ۱۵۱۹ بزرگ‌های توتون به عنوان گیاهی شگفت‌آور به اسپانیا وارد و مردم با آن آشنا شدند و این آغاز نفوذ توتون به سراسر دنیا بود.

مواد تشکیل دهنده سیگار

مواد تشکیل دهنده سیگار توتون، کاغذ، مواد نگهدارنده و اسانس است. حرارت سیگار در نوک مشتعل آن به ۹۰۰ درجه سانتی گراد می‌رسد که این حرارت باعث تجزیه توتون و تشکیل ترکیب‌های مضر می‌گردد. قطران، نیکوتین، منوکسید کربن، آرسنیک، اسید سیانیدریک، مواد رادیواکتیو، آمونیاک و کربورهای هیدروژن از جمله محصولات این تجزیه هستند! که این سمیت در یک سوم انتهایی سیگار از بقیه قسمت‌ها بیش تر است.

در حقیقت سیگار حاوی ۴ هزار ماده‌ی سمی و حدود ۴۰ عنصر سرطان‌زا است. نیکوتین که سمی کشنده و ماده‌ای فرار است، بر اثر حرارت تبخیر می‌شود و همان ماده اعتیادآور دخانیات است که سبب انقباض عروق داخل بینی و فلج شدن حرکات مژک‌های داخل مخاط سینوس‌های بینی شده و باعث تشدید



سینوزیت و نیز افزایش قند خون افراد سیگاری می‌شود.

بنابراین برای افرادی که بیماری دیابت دارند عامل خطرناکی به حساب می‌آید و می‌تواند در تشنج دخیل باشد.

قطران (TAR) موجود در دود سیگار، لایه‌ی قهوه‌ای‌رنگ چسبنده‌ای را بر روی پوشش حباب‌های هوایی ریه و مسیرهای عبور هوا می‌سازد که مقدار زیادی از مواد سرطان‌زا را در خود نگه می‌دارد.

فرو ندادن دود سیگار یا جویدن توتون هیچ کدام سالم و بدون خطر نیستند. جویدن توتون خود بر خطر ابتلا به سرطان‌های دهان، گونه‌ها و لثه‌ها می‌افزاید.

با مصرف هر نخ سیگار ۲۰ بار ضربان قلب بیش‌تر می‌شود و حتی ۲۰ دقیقه پس از قطع سیگار، این ازدیاد ادامه می‌یابد و در نتیجه قلب یک فرد سیگاری طی یک روز ۱۰ هزار بار بیش‌تر از افراد غیرسیگاری می‌زند.

بد نیست بدانید...

- * درآمد سالانه‌ی یک کارخانه‌ی سیگار آمریکایی معادل ۱۵ سال فروش نفت ایران است.
- * مصرف هر نخ سیگار، ۵/۵ دقیقه از عمر انسان می‌کاهد.
- * دخانیات بیش از حوادث رانندگی، مشروبات الکلی، آدم‌کشی، سوءاستفاده از داروها، خودکشی و آتش‌سوزی در جهان موجب مرگ‌ومیر می‌شود.
- * از ۳۰۰ میلیارد دلار درآمد کمپانی‌های دخانیات، ۲۰۰ میلیارد دلار آن سود خالص می‌باشد.
- * طبق آمار سال ۱۹۹۵ بانک جهانی، شیوع کلی مصرف دخانیات در کشورهای در حال توسعه ۴۹ درصد و در کشورهای توسعه یافته ۳۸ درصد می‌باشد.
- * روزانه ۱۵ میلیارد نخ سیگار در سراسر جهان خریداری می‌شود، به عبارت دیگر هر دقیقه ۱۰ میلیون نخ و ۵/۶ تریلیون نخ در سال.
- * میزان کل تولید برگ تنباکوی جهان در سال ۲۰۰۵ بالغ بر ۶/۳۸ میلیون تن بود.
- * روزانه ۱۰ - ۸ هزار نفر از نوجوانان در جهان کشیدن سیگار را برای اولین بار تجربه می‌کنند.
- * تحقیقات نشان می‌دهد که افراد سیگاری ۴ تا ۱۱ درصد کم‌تر از افراد عادی درآمد دارند.
- * میزان برگ توتون موجود در سیگار به حدود ۲۵ درصد مقداری که قبل از سال‌های دهه ۵۰ استفاده می‌شد، کاهش یافته‌است. اجزای دیگر گیاه تنباکو تا آن زمان دور ریخته می‌شد، اما با پیشرفت صنعت دخانیات، از این اجزا هم در ترکیب توتون سیگار استفاده می‌گردد. در حال حاضر حداقل یک چهارم توتونی که در یک نخ سیگار وجود دارد، از اجزای دیگر گیاه تنباکو است نه از برگ‌های خالص گیاه.
- * در روشی جدید توتون را به صورت خشک منجمد می‌کنند و بعد هوا یا گازی مثل دی‌اکسید کربن را با فشار به آن می‌دمند. به این ترتیب برگ‌های توتون حالت پف کرده به خود می‌گیرند و حجیم‌تر و سبک‌تر می‌شود و افزودنی‌ها را هم بهتر و بیش‌تر به خود جذب می‌کند.
- * به تازگی مشخص شده کارخانه‌های بزرگ و معروف تولید سیگار جهت افزایش مصرف و فروش بیش‌تر، ترکیبات اعتیادآور دیگری را نیز به طور پنهانی به سیگار اضافه می‌کنند.
- * افراد سیگاری ۳۰-۲۰ درصد غیرسیگاری‌ها احتمال ابتلا به سرطان دهان و حنجره را دارند.
- * افراد سیگاری ۲ برابر غیرسیگاری‌ها احتمال ابتلا به زخم معده را دارند.

