

دود سیگار دست دوم، دود سیگاری است که به محیط وارد می شود و دیگران آن را استنشاق می کنند. این دود مخلوطی از دود سیگار و بازدم یک فرد سیگاری است که از دهان خود به بیرون منتقل می کند. طی یک ساعت در اتاق پر از دود سیگار یک فرد غیر سیگاری ممکن است معادل کشیدن ۵ سیگار فیلتردار، مواد سمی موجود در دود سیگار را استنشاق کند.



طبق گزارش های سازمان بهداشت، یکی از هر ۱۰ مرگ ناشی از تنباکو برای افراد سیگاری دست دوم اتفاق می افتد. بین ۷۰ تا ۹۰ درصد از مردم غیر سیگاری در معرض دود سیگار هستند.

دانشمندان اثبات کرده اند که همه بیماری های ناشی از سیگار کشیدن، در افراد سیگاری دست دوم هم ممکن است ایجاد شود: مثلاً سرطان ریه یا بیماری های قلبی - عروقی.

زنانی که شوهر سیگاری دارند ۹۱٪ بیشتر از سایر زنان به بیماری های قلبی مبتلا می شوند و علاوه بر آن احتمال ابتلا به سرطان ریه و مرگ به دلیل این بیماری هم در این خانم ها ۲ برابر دیگران است. حتی وقتی این زنان باردار می شوند احتمال سقط و مرده زایی بیشتری در آن ها وجود دارد.

۷۰٪ افراد سیگاری در سنین نوجوانی به سیگار روی می آورند.



جمع آوری مطالب:
رامش طولانی
کارشناس بهداشت محیط

درباره

مضرات سیگار

بیشتر بدانیم

31 MAY
WORLD

NO TOBACCO
DAY



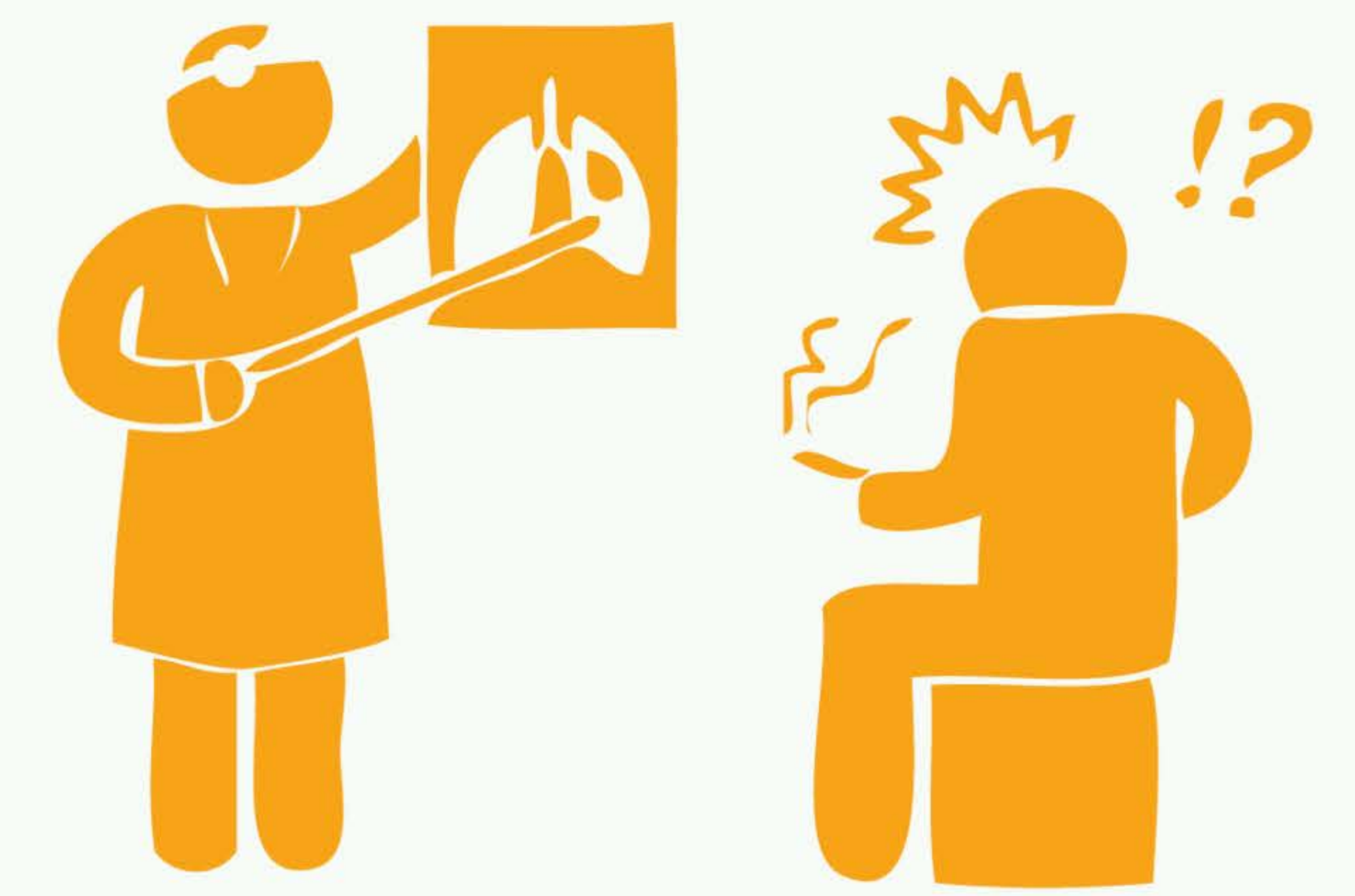
مرکز بهداشت و درمان
مدیریت امور دانشجویی

آمارها چه می گویند؟

بر اساس آمار سازمان بهداشت جهانی، مصرف دخانیات که عامل مرگبار قابل پیشگیری است علت اصلی ۱۰٪ از مرگ و میرها در بین بزرگسالان است.

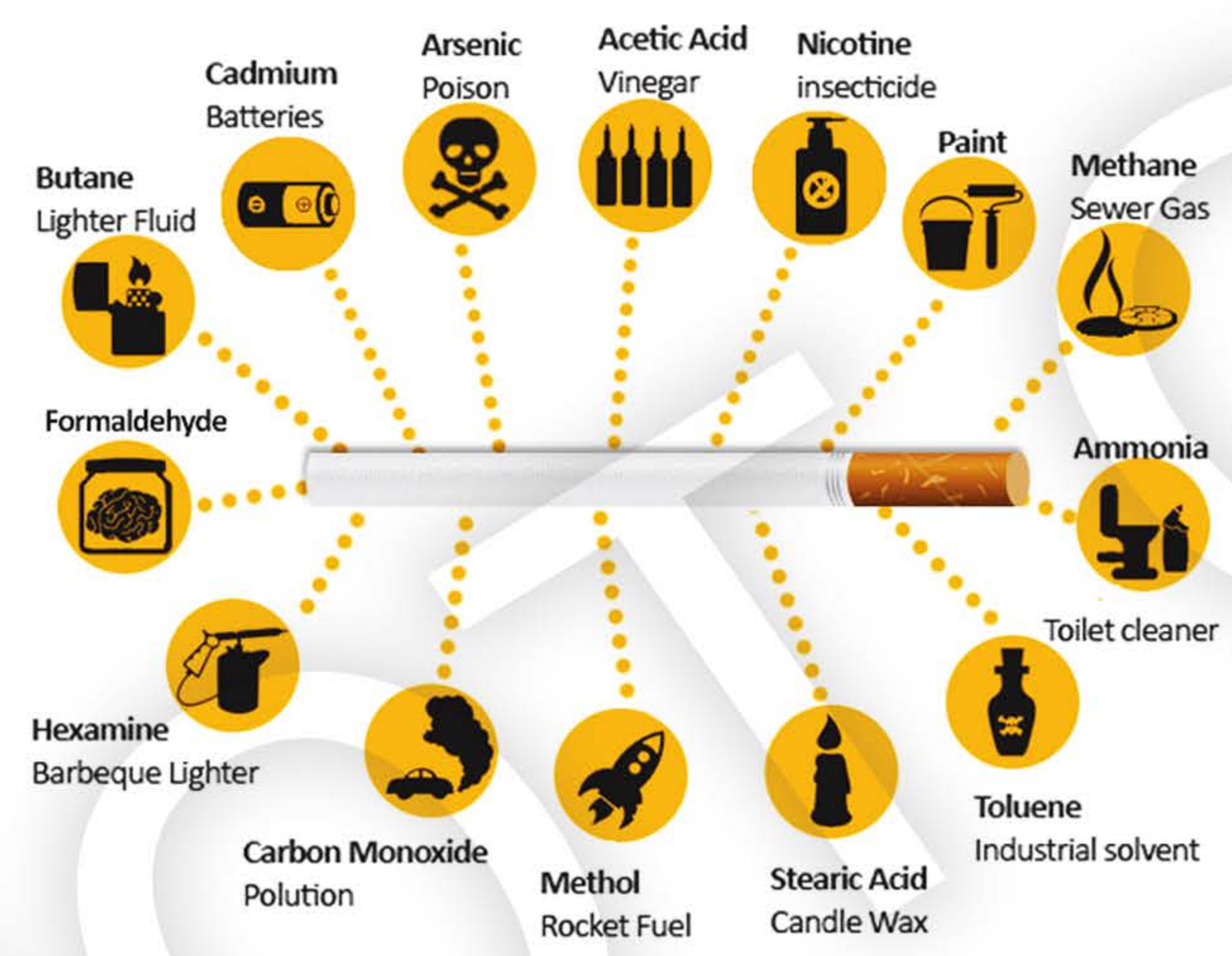
سیگار عامل مرگ ۵ میلیون و ۴۰۰ هزار نفر در سال است که از این تعداد انسانی که به دلیل مصرف دخانیات جان خود را از دست می دهند ۸۰٪ در کشورهای با درآمد متوسط و پایین زندگی می کنند. نیمی از جمعیت مصرف کننده دخانیات در جهان در نهایت به واسطه دخانیات جان خود را از دست می دهند.

۷۰٪ افراد سیگاری در سنین نوجوانی به سیگار روی می آورند، دانشمندان به این نتیجه رسیده اند که افرادی که در سنین نوجوانی شروع به کشیدن سیگار کرده اند و به مدت ۲۰ سال ادامه داده باشند نسبت به افرادی که اصلاً سیگار نکشیده اند ۲۰ الی ۲۵ سال زودتر می میرند.



۲ یک دستورالعمل مهلک

بیش از ۴۰۰۰ ماده شیمیایی در دود تنباکو شناسایی شده است. مواد شیمیایی دیگری نیز به تنباکو اضافه می شود که باعث سریع تر سوختن، طعم دار شدن و اعتیادآور کردن آن می شود.



بیش از ۴۰ ماده شیمیایی سیگار باعث سرطان می شود و دست کم ۲۸ ماده شیمیایی تنباکوی جدید باعث سرطان می شود. این ها مواد شیمیایی شناخته شده در سیگار هستند که به طور عادی یافت می شوند:

آمونیاک (مواد شوینده خانگی)، قیر (جاده ها)، مونوکسید کربن (دود آگزوز اتومبیل ها)، استون (از بین برنده لاک)، متانول (سوخت موشک ها)، فرمالدئید (مایع مومیایی کردن)، ددت (حشره کش)، بوتان (مایع خنک کننده سیگار)، آرسنیک (سم)، نیکوتین (ذرات فعال که برای کشتن سوسک و حشرات بکار می رود)، کادمیم (ساخت باتری تلفن و بنزن (سم آفت کش)

۳ سیگار با بدن ما چه می کند؟

آثار کوتاه مدت:

تنفس بد بو، بدخلقی، بوی بد لباس، سرگیجه، تغییر رنگ دندان، بالا رفتن ضربان قلب، بالا رفتن فشار خون و سرفه های خشک

اثرات بلند مدت:

بیماری های قلبی: حمله قلبی، تنگی عروق کرونر، فشار خون بالا و سکته قلبی

سرطان: ریه، حنجره، کلیه، مثانه، گلو، لوزالمعده، دهان، کبد و لب، بیماری های ریوی، برونشیت مزمن، آمفیوزم، آسم، انسداد مزمن مجاری تنفسی، کاهش عملکرد ریه

نقص تولد: سقط جنین، تولد زودرس، کم وزن بودن هنگام تولد و مرگ زودرس نوزاد

گوش: عفونت گوش میانی و کاهش شنوایی

استخوان: پوکی استخوان

مغز و اثرات مغزی: سکته مغزی

معده: زخم معده و ضعیف شدن معده

مشکلات دیگر:

جرم ثابت دندان، زود فاسد شدن دندان ها، بیماری های لثه، ضعف سیستم ایمنی، از دست دادن یا ضعف حس چشایی، چین و چروک زودرس پوستی، ضعف جنسی، کاهش باروری، کاهش تعداد اسپرم، عدم باروری، بی نظمی قاعدگی و یائسگی زودرس، ریزش مو، آب مروارید