



مرکز آموزش علمی کاربردی شرکت زغالسنگ کرمان

مصرف قلیان وعوارض آن

امروزه استعمال دخانیات به عنوان یک معضل بهداشتی و همه جانبه بشر متمدن در دنیا مطرح می باشد. به طوری که مرگ های ناشی از مصرف دخانیات ۵/۴ میلیون نفر به ۶/۴ میلیون نفر تا سال ۲۰۱۵ و ۸/۳ میلیون نفر تا سال ۲۰۲۰ و مسبب یک مرگ از هر سه مرگ افراد بالغ پیش بینی شده است در حالی که از سال ۱۹۹۰ به بعد استعمال دخانیات مسبب مرگ از هر ۶ مرگ افراد بالغ بوده است در حال حاضر مصرف دخانیات چهارمین علت مرگ و میر در سراسر دنیا است بیش از پنج دهه از شناخت خطرات کشنده مصرف دخانیات گذشته است و هر روز بر شواهد ارزشمند این مورد افزوده می شود کشور ما دارای ساختار جمعیتی جوان است. این مسئله با توجه به آمار بالای جمعیت ۱۸-۳۰ ساله برآورد شده و بدنبال آن حجم وسیعی از مشکلات و چالش های گروه سنی فوق را به خود اختصاص داده است. آنچه مسلم است شیوع

مصرف قلیان در سنین جوانی و بعد از آن بارز می باشد و آنچه تاسف بارتر است سن شروع مصرف این دسته از مواد دخانی یعنی توتون و تنباکو از آغاز نوجوانی می باشد

اعتیاد به مواد، شکل های مختلفی دارد از جمله نمونه اعتیاد به مواد مصرف قلیان می باشد. ماده اساسی که در قلیان استفاده می شود تنباکو می باشد و تنباکویی که به مصرف قلیان می رسد، از درصد نیکوتین بالاتری برخوردار است و از نظر کیفیت و مرغوبیت بسیار پایین تر از چیزی است که به عنوان توتون در داخل سیگار استفاده می شود و به طور طبیعی دودی هم که ایجاد می کند، دارای مواد مضر بیشتری است چیزی که اخیراً بیشتر در قلیان ها مورد استفاده قرار می گیرد تنباکوهای عطری است، تنباکوهای عطری با افزودن اسانس هایی که ایجاد عطرهای مختلف مثل لیمو، پرتغال، سیب، نعنا و ... می کنند، به دست می آیند. این ها مواد شیمیایی هستند که به تنباکو اضافه می شوند که به طور بالقوه خواص آسیب زای خاص خود را دارند. برخی افراد معتقدند که دود قلیان نسبت به دود سیگار ضرر کمتری دارد چون در قلیان دود از داخل آب رد شده و تصفیه می شود. در حالی که این ها تنها نگرش های غلطی است که توسط خود مصرف کنندگان یا توزیع کنندگان این ماده رواج یافته و اساس علمی ندارد نیکوتین یک ماده شیمیایی بسیار

سمی است. دوز ۶۰ میلی گرمی آن می تواند موجب مرگ یک شخص بالغ در نتیجه تضعیف تنفس وی شود. زمانی که دود نیکوتین استنشاق می شود، فرد در حال بلعیدن دسته ای از مواد شیمیایی است که به اکثر ارگان های حیاتی بدن او نفوذ خواهند کرد. گاهی اوقات فرد در اثر زیاده روی در مصرف نیکوتین به مسمومیت با این ماده دچار می شود که علائم آن عبارتند از: تهوع، اسهال، استفراغ، آبریزش از دهان، رنگ پریدگی، اسهال، سرگیجه، سردرد، افزایش فشار خون، لرزش و عرق سرد، مسمومیت همچنین با ناتوانی برای تمرکز، گیجی و اختلالات حسی همراه است علاوه بر این نیکوتین، چرخه خواب را مختل کرده و کاهش میزان خواب عمیق در فرد، منجر به بیدار شدن های مکرر در طول شب و احساس خستگی در طول روز می شود

ترکیبات موجود در دود تنباکو

دود تنباکو دارای دو فاز گاز و ذرات است. در فاز گاز ترکیبات کربن مونوکسید، کربن دی اکسید، نیتروژن اکسید، نیتروزامین های فرار، هیدروژن سیانید، ترکیبات حاوی سولفور فرار، هیدروکربن های فرار، الکل ها، آلدهیدها، و کتون ها وجود دارند.

شواهدی مبنی بر وابستگی به نیکوتین / تنباکو

استعمال تنباکو با قلیان از وابستگی به نیکوتین / تنباکو حمایت می کند زیرا این امر با ترک نیکوتین همراه است و به دلیل اینکه برخی از افراد مصرف کننده هنگام پرهیز از قلیان ، علائم ترک را تجربه می کنند ، رفتار خود را برای دستیابی به یک قلیان تغییر داده و در ترک آن مشکل داشته باشند ، حتی اگر برای انجام این کار انگیزه داشته باشید. بنابراین شواهدی مبنی بر وابستگی به نیکوتین / تنباکو شامل موارد ذیل می باشد:

۱. یک میل شدید یا احساس اجباری برای دریافت ماده
۲. ظرفیت اختلال در کنترل رفتارهای مواد جویانه از نظر شروع ، خاتمه یا میزان استفاده از آن ، که گواه این موضوع است که اغلب در مقادیر زیادتر یا در مدت زمان طولانی تر از زمان در نظر گرفته می شود ، یا با میل مداوم یا تلاش ناموفق برای کاهش یا کنترل ماده استفاده کنید.

۳. حالت ترک فیزیولوژیکی در هنگام کاهش یا قطع مصرف مواد ، همانطور که مشهود است مشخصه سندرم ترک کننده برای این ماده، یا با استفاده از همان ماده (یا نزدیک مرتبط) با هدف تسکین یا اجتناب از علائم ترک مجدد.

۴- شواهد تحمل نسبت به اثرات ماده ، به گونه ای که برای دستیابی به مسمومیت یا اثر مطلوب ، نیاز به مقدار قابل توجهی ماده وجود دارد .

دفتر مشاوره مرکز آموزش علمی کاربردی شرکت زغالسنگ
شماره تماس جهت مشاوره تلفنی ۳۲۱۳۴۴۸۵
منبع : امین الرعایی، افسانه (۱۳۹۵). مضرات تنباکو و قلیان در جاده سلامتی، انتشارات: چشم ساعی