

کنترل دخانیات

ماهنامه اطلاع رسانی، پژوهشی و آموزشی کنترل دخانیات
سال چهارم شماره ۹ خرداد ماه ۱۳۹۲
(شماره پیاپی ۴۵) - تیراژ ۱۰۰۰ نسخه - بهاء ۳۰۰۰۰ ریال



روز جهانی بدون دخانیات
«تبلیغات، ترویج و حمایت مالی صنایع **دخانیات** ممنوع»



سازمان بهداشت
جهانی

۱۰ خرداد به مناسبت روز جهانی بدون دخانیات
www.who.int/entity/campaigns/no-tobacco-day



شاید در جنگ کشته نشود ولی.....

کنترل دخانیات

ماهنامه اطلاع رسانی، پژوهشی و آموزشی شماره سال چهارم شماره خرداد ماه ۱۳۹۲ (شماره پیاپی ۴۵)
ماهنامه کنترل دخانیات

مجوز انتشار

به شماره ۱۲۴/۳۶۴۲ مورخه ۱۳۸۸/۷/۲۷ هیات نظارت بر مطبوعات

صاحب امتیاز

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سل و بیماریهای ریوی

بیمارستان دکتر مسیح دانشوری

مدیر مسئول و سردبیر

دکتر غلامرضا حیدری

هیات تحریریه

دکتر حبیب امامی، دکتر مسلم بهادری، دکتر علی رمضانخانی، دکتر بابک شریف کاشانی

دکتر هومن شریفی، دکتر سعید فلاح تفتی، دکتر محمدرضا مسجدی

مشاوران علمی

دکتر مهشید آریانپور، دکتر شبنم اسلام پناه، دکتر زهرا حسامی

مدیر اجرایی، مترجم و ویراستار

پریزاد سنایی

تایپ و حروفچینی

سعیده طباطبایی زاده

همکاران

مونا آقایی، بهروز الماس نیا، نازی دوزنده طبرستانی، دکتر فیروزه طلپسچی

گرافیکست و صفحه آرا

علیرضا مظفریان

آدرس

تهران، نیاوران، انتهای دارآباد، بیمارستان دکتر مسیح دانشوری

مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات

کد پستی

۱۹۵۵۸۴۱۴۵۲

تلفکس

۲۶۱۰۹۵۰۸ - ۲۶۱۰۶۰۰۳

E-mail: tobaccocontroljournal@sbmu.ac.ir

Website: www.tpcrc.ac.ir

با همکاری

جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات ایران

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

بهاء: ۳۰۰۰۰ ریال

استفاده از مطالب نشریه با ذکر منبع بلامانع است.



فهرست

- ۳..... معرفی مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات
- ۴..... سخن روز
- ۵..... زیر ذره بین
روز جهانی بدون دخانیات: «ممنوعیت تبلیغات، ترویج و حمایت مالی صنایع دخانی»
- ۱۳..... ما توانستیم، شما هم میتوانید
محمدعلی فرزاد مهر
- ۱۵..... فعالیتهای مرکز
- ۱۶..... چهره‌های معروفی که سیگار را ترک کرده‌اند.
- ۱۸..... اخبار کشوری
سیگار، مهمترین عامل ابتلا به سرطان زبان
یک هشدار تازه درباره قلیان
هشداردهنده سن مصرف مواد دخانی در کشور
مصرف سیگار باعث فشارخون می‌شود
- ۲۲..... اخبار بین‌المللی
کاهش سیگار قاچاق در شمال انگلستان
سیگار خطر خودکشی را تشدید می‌کند
دود شدن روزانه ۳۳ میلیون نخ سیگار در مالزی
دود سیگار واکنش طبیعی سرفه در کودکان را تضعیف می‌کند
چاقی مفرط و سیگار دو عامل مهم در بروز سرطان کلیه
کاهش فروش برندهای خارجی در کره جنوبی
بعد از ترک سیگار چه اتفاقاتی در بدن می‌افتد؟
- ۲۶..... قانون جامع کنترل دخانیات
- ۲۸..... فراخوان ارسال مقاله.....
- ۳۰..... نظرسنجی.....



معرفی مرکز تحقیقات

در پی تلاش ده ساله و مقارن با روز جهانی بدون دخانیات (۱۰ خرداد ۱۳۸۶) اولین مرکز تحقیقاتی در زمینه کنترل دخانیات توسط دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی شروع به کار نمود. پیشنهاد تشکیل این مرکز توسط واحد کنترل دخانیات مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی سل و بیماری‌های ریوی به دانشگاه متبوع ارائه شد. بعد از بررسی و تصویب در هیئت رئیسه دانشگاه مراتب به معاونت پژوهشی وزارت بهداشت اعلان گردید که در این معاونت هم به تأیید رسید.

این مرکز توسط ۶ نفر عضو هیئت علمی دانشگاه تأسیس شده است و با همکاری ۵ پزشک و ۳ کارشناس در بیمارستان مسیح دانشوری تهران فعالیت می‌کند و دیدگاه آن «ایجاد جامعه‌ای عاری از دخانیات» می‌باشد. یکی از اهداف مرکز تبدیل شدن به قطب پژوهشی کنترل دخانیات در سطح منطقه و جهان می‌باشد. در همین راستا این مرکز از سال ۱۳۸۶ به عنوان مرکز همکاری‌های منطقه شرق مدیترانه (EMRO) شناخته شده است. همچنین این مرکز به انجمن‌های بین‌المللی کنترل دخانیات (FCA) پیوسته است. به لطف بیش از یک دهه تجربه خدمات درمانی ترک سیگار در قالب کلینیک‌های ترک سیگار و خط مشاوره تلفنی، ما آماده ارائه خدمات فوق به صورت رایگان می‌باشیم.

دیدگاه:

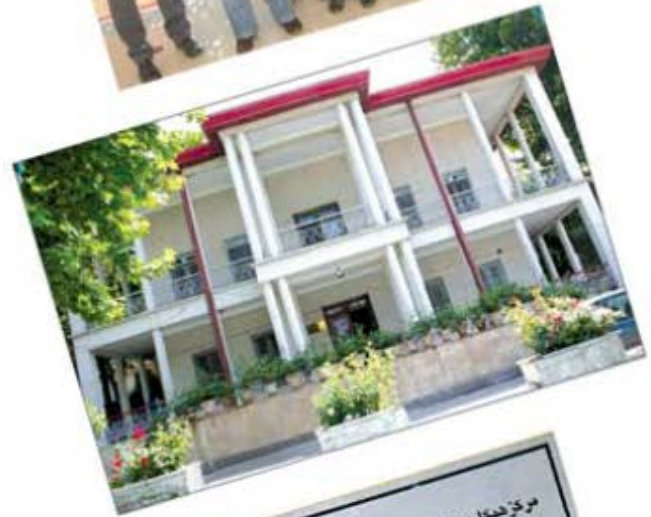
ما برآنیم که جامعه‌ای عاری از دخانیات داشته باشیم. اهداف:

- ارتقاء سطح سلامت جامعه از طریق کاهش موارد شروع مصرف دخانیات و کاهش میزان مواجهه با دود سیگار

- بهبود کیفیت زندگی افراد سیگاری از طریق کمک به ترک دخانیات به منظور ارتقاء سطح سلامت جامعه

- تولید علم و افزایش سطح آگاهی عمومی و تخصصی جامعه در حوزه پیشگیری و کنترل دخانیات

- تولید و توسعه برنامه‌های تحقیقاتی و اجرای آن در راستای پیشگیری و کنترل دخانیات



سخن روز

روز جهانی بدون دخانیات امسال معارن با ۱۰ فروردار و ۳۰ ماه می، مانند هر سال برگزار می‌گردد. برنامه‌ای که سالی یک بار می‌آید و می‌رود و شاید از اذهان پاک شود. شعار امسال سازمان جهانی بهداشت به مناسبت این روز «تبلیغ و ترویج و حمایت از دخانیات ممنوع» می‌باشد. مسئله‌ای که برای بسیاری کشورها اهمیت بسیاری دارد و در کشور ما سال‌ها است که اجرا می‌شود و از این طریق ایران در پیکره کشورهای مترقی و پیشرو در امر ممنوعیت تبلیغات مواد دخانی قرار دارد. البته نکته‌ای مهم وجود دارد و آن اینکه بایستی عدم حمایت‌های غیرمستقیم مانند استقاره از نام لوکو، رنگ و یا طرح مواد دخانی به روی دیگر اقلام مانند لباس، کیف، آرمس و غیره نیز مورد توجه قرار گیرد. یکی دیگر از مواردی که در مراسم روز جهانی بدون دخانیات امسال بایستی در نظر داشت این است که برنامه‌هایی که مقرر است در هفته بدون دخانیات (۳ الی ۱۰ فروردار) اجرا گردد در خیاهوی برنامه‌های انتخابات ریاست جمهوری مشو گردد و اذهان عمومی تحت تاثیر این آگاهی از مضرات دخانیات قرار گیرد. ان شاء...

سررپیور



زیر ذره‌بین

روز جهانی بدون دخانیات: «ممنوعیت تبلیغات، ترویج و حمایت مالی صنایع دخانی چیست؟»

مطابق با ماده ۱۳ معاهده جهانی کنترل دخانیات هرگونه تبلیغات، ترویج و حمایت مالی محصولات دخانی در ارتباط با هر نوع آگهی دادن محصولات و تشویق به مصرف آن در هر مراسم و فعالیت فردی یا گروهی با هدف تأثیرگذاری مستقیم یا غیرمستقیم اکیدا ممنوع می‌باشد.

در برخی کشورها هنوز صنایع دخانی از آگهی‌های تبلیغاتی رسانه‌های بیلبورد، پست الکترونیکی و پست واقعی برای عرضه محصولاتشان استفاده می‌کنند. بدیهی است در کشورهای دارای قوانین ضعیف کنترل دخانیات، صنایع دخانی فروش زیادی دارند، به عنوان مثال طبق مطالعه کشوری دخانیات بزرگسال کامبوج در سال ۲۰۱۱ مشخص شد که ۸۰ درصد مخاطبان طی ماه‌های گذشته، تبلیغات دخانی را مشاهده کرده‌اند.

تأثیر ممنوعیت تبلیغات دخانی

ممنوعیت کامل تبلیغات، ترویج و حمایت مالی دخانیات چه به طور مستقیم، چه به طور غیرمستقیم از افراد جامعه - به ویژه جوانان - در برابر حقه‌های صنایع دخانی محافظت کرده و مصرف دخانیات را کاهش می‌دهد.

این ممنوعیت کامل قطعا توانایی صنایع دخانی را در بازاریابی محصولاتشان در برابر جوانان کاهش می‌دهد در حالی که گروه هدف آنها جوانانی است که هنوز مصرف دخانیات را شروع نکرده و افراد بزرگسالی که قصد ترک سیگار را دارند.

اجرای ممنوعیت کامل تبلیغات دخانی از طریق عمل به دستورالعمل ماده ۱۳ معاهده جهانی کنترل دخانیات صورت می‌گیرد که دارای بهترین استانداردهای بین‌المللی لازم در این زمینه است.

این ممنوعیت کامل، مصرف دخانیات را تا ۷ درصد کاهش می‌دهد. حال آنکه برخی کشورها با اعمال قانون منع تبلیغات دخانی مصرف دخانیات را تا ۱۶ درصد نیز کاهش داده‌اند.

چرا باید تبلیغات، ترویج و حمایت مالی دخانیات را متوقف کنیم؟

به گفته کارشناسان، تبلیغات دخانی مصرف آن را بیشتر میکند. در مطالعه جامعی که طی سال ۲۰۰۹ توسط موسسه ملی سرطان آمریکا انجام گرفت مشخص شد که:

۱. رابطه مشهودی بین تبلیغات و ترویج دخانیات و افزایش مصرف آن وجود دارد.

۲. ممنوعیت جامع و کامل باعث کاهش مصرف دخانیات شده اما ممنوعیت جزئی، تنها هزینه سنگینی در مناطق غیرممنوع به بار می‌آورد، در حالی که کاهش مصرف در مصرف دخانیات به وجود نمی‌آید.

براساس این مطالعه، تبلیغات و آگهی‌های دخانی در برگیرنده اهداف زیر هستند:

- ایجاد احساس رضایت (با طعم و تازگی)
- کاهش ترس ناشی از مضرات مصرف دخانیات (با سیگار ملایم)
- ایجاد رابطه بین دخانیات و ویژگیهای مطلوب (مانند موفقیت اجتماعی، جذابیت جنسی، لاغری و ...)
- صنایع دخانی دریافته‌اند که نقش تبلیغات تنها باعث تشویق افراد سیگاری به تعویض برند سیگار مصرفی‌شان است. اما تأثیر دیگری نیز دارد که عبارتست از افزایش محبوبیت حس مصرف سیگار که آن را با ویژگی‌هایی همچون استقلال و جذابیت همراه می‌کنند.
- در کشورهایی که ممنوعیت جزئی دخانیات وجود دارد، صنایع دخانی به طور غیرمستقیم اقدام به تبلیغات محصولات خود می‌نمایند که این روشهای غیرمستقیم عبارتند از:
- حمایت از برنامه‌های ورزشی و جشنواره‌های موسیقی
- ارائه طراحیهای ویژه در بسته‌بندیهای خاص
- کالاهای مارک دار
- جایگزینی محصولات
- مسئولیت همکاری در فعالیتهای اجتماعی
- آگهی‌هایی با فن‌آوریهای جدید رسانه‌ای



به مناسبت فرارسیدن روز جهانی بدون دخانیات

شعارهای نامگذاری شده در این سال‌ها به شرح زیر است

- ۲۰۱۳- ممنوعیت تبلیغات، ترویج و حمایت مالی صنایع دخانی
- ۲۰۱۲- شرکت‌های بزرگ دخانیات‌سازی
- ۲۰۱۱- معاهده جهانی کنترل دخانیات
- ۲۰۱۰- جنسیت و دخانیات، با تأکید صنایع دخانی در جذب زنان
- ۲۰۰۹- هشدارهای بهداشتی محصولات دخانی
- ۲۰۰۸- دوران جوانی بدون دخانیات
- ۲۰۰۷- فضاهای سرپوشیده بدون دخانیات
- ۲۰۰۶- دخانیات به هر شکلی و اسمی کشنده است
- ۲۰۰۵- شاغلین گروه بهداشت علیه دخانیات
- ۲۰۰۴- دخانیات و فقر، یک چرخه معیوب
- ۲۰۰۳- سینمای بدون دخانیات، دنیای مد بدون دخانیات
- ۲۰۰۲- ورزش بدون دخانیات
- ۲۰۰۱- دود تحمیلی دخانیات کشنده است
- ۲۰۰۰- دخانیات کشنده است فریب نخورید
- ۱۹۹۹- پاکت سیگار را دور بیندازید
- ۱۹۹۸- رشد بدون دخانیات
- ۱۹۹۷- اتحاد برای یک دنیای بدون دخانیات
- ۱۹۹۶- ورزش و هنر بدون دخانیات، بدون دود بازی کنیم
- ۱۹۹۵- هزینه‌های دخانیات بیش از تصور شماست
- ۱۹۹۴- رسانه‌ها و دخانیات: اطلاع‌رسانی همه جانبه رسانه‌ها
- ۱۹۹۳- خدمات بهداشتی: پنجره‌ای به سوی دنیای بدون دخانیات
- ۱۹۹۲- محیط‌های کاری بدون دخانیات: سالم‌تر و ایمن‌تر
- ۱۹۹۱- اماکن و وسایل نقلیه عمومی بدون دخانیات
- ۱۹۹۰- کودکی و جوانی بدون دخانیات: رشد کردن بدون دخانیات
- ۱۹۸۹- زنان و دخانیات: زنان سیگاری متوجه خطرات بیشتری می‌باشند
- سال ۱۹۸۸- دخانیات یا سلامت: سلامت را انتخاب کنید

سازمان بهداشت جهانی سی و یکم ماه مه مصادف با دهم خرداد ماه هر سال را به عنوان روز جهانی بدون دخانیات جشن می‌گیرد و درعین حال بر مضرات ناشی از استعمال دخانیات و سیاست‌های لازم در جهت کاهش مصرف دخانیات تأکید می‌کند. خوب است بدانیم که استعمال دخانیات دومین عامل مرگ و میر (بعد از فشارخون) در سراسر جهان می‌باشد، بطوریکه در حال حاضر از هر ده نفر یک نفرشان بر اثر استعمال دخانیات جان خود را از دست می‌دهند. سازمان بهداشت جهانی با اعلام رسمی روز سی و یکم ماه مه در سراسر جهان به عنوان روز جهانی بدون دخانیات اهداف زیر را مد نظر داشته است: آگاه‌سازی عموم مردم نسبت به مضرات استعمال دخانیات، بیان روش‌های بازاریابی و تبلیغاتی صنایع دخانی در جذب مصرف‌کنندگان محصولاتشان، اقدامات سازمان بهداشت جهانی در مبارزه با شیوع استعمال دخانیات، چگونگی دفاع از حقوق بشری و مدنی افراد جامعه برای داشتن یک زندگی سالم و حمایت از نسل آینده. روز جهانی بدون دخانیات اولین بار در سال ۱۹۸۷ توسط سازمان بهداشت جهانی به رسمیت شناخته شد و سعی داشت توجه جهان را به شیوع استعمال دخانیات و جلوگیری از این اپیدمی مرگ بار قابل پیشگیری جلب نماید. هیأت مقننه سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۸۷ جهت اختصاص یک روز جهانی به این موضوع، مصوبه WHA۴۰،۳۸ را با عنوان «روز جهانی بدون دخانیات» مطرح نمودند که نهایتاً در سال ۱۹۸۸ مصوبه WHA۴۲،۱۹ تصویب گردید. به موجب این مصوبه در سراسر جهان بزرگداشت روز جهانی بدون دخانیات بطور باشکوهی برگزار می‌گردد. از آن زمان تاکنون این روز هر سال دارای یک شعار ویژه بوده که در طی همان سال مورد توجه و عنایت خاصی قرار می‌گرفت.



همه ساله در تاریخ ۳۱ ماه می میلادی، سازمان بهداشت جهانی در سراسر جهان بزرگداشت این روز را برپا می‌دارد تا با اشاره به مضرات دخانیات، مردم را آگاه سازد.

کشورهای عضو معاهده جهانی کنترل دخانیات نیز موظفند طی پنج سال پس از پیوستن به این معاهده، ممنوعیت کامل تبلیغات و ترویج هر گونه محصولات دخانی و حمایت مالی صنایع دخانی را در کشور خود اعمال نمایند. شواهد نشان می‌دهد که ممنوعیت کامل تبلیغات دخانی باعث کاهش مصرف دخانیات می‌شود. آمارها نشان می‌دهد که ممنوعیت تبلیغات دخانیات و حمایت مالی صنایع دخانی یکی از موثرترین راه‌های کاهش تقاضای دخانیات است.

اکثر کشورها فاقد قوانین جامع ممنوعیت تبلیغات هستند. در سال ۲۰۱۰ علیرغم ممنوعیت‌های جامع و موثر در خصوص منع تبلیغات دخانی، تنها ۵٪ جمعیت جهان به طور کامل از مواجهه با تبلیغات و شیوه‌های ترویج صنایع دخانی در امان بودند (طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی در سال ۲۰۱۱). اعمال قوانین کامل منع تبلیغات به کاهش مصرف کمک می‌کند به طوری که:

- برخلاف طبیعت اغواکننده بازار تبلیغات دخانی عمل می‌کند.
- از مواجهه اجتناب‌ناپذیر جوانان با بازار دخانیات جلوگیری می‌کند.
- بر ممنوعیت‌های جزئی غیر موثر غلبه می‌کند.

در عین حال، هر چه کشورهای متعهد به معاهده جهانی کنترل دخانیات بیشتر تعهداتشان را در این زمینه اعمال می‌کنند، صنایع دخانی نیز طرفندهای زیرکانه‌تری در پیش می‌گیرند و در مواردی دیده شده که دولت‌های برخی کشورها را پیگرد قانونی کرده و آنها را به محاکمه می‌کشند.

به طور خلاصه اهداف کلی برنامه‌های ضد دخانی در روز بدون دخانیات سال ۲۰۱۳ عبارتند از:

- ایجاد انگیزه در کشورها برای اعمال ماده ۱۳ معاهده جهانی کنترل دخانیات جهت منع کامل تبلیغات،

ترویج و حمایت مالی دخانیات به منظور پایین آوردن آمار افرادی که به تازگی مصرف سیگار را آغاز می‌کنند و به مصرف آن ادامه می‌دهند.

• متمرکز کردن کلیه تلاش‌های محلی، ملی و بین‌المللی علیه صنایع دخانی که قصد تضعیف برنامه‌های کنترل دخانیات را دارند. به ویژه در زمینه ممنوعیت جامع تبلیغات، ترویج و حمایت مالی صنایع دخانی.

دخانیات تنها محصولی است در جهان که نیمی از مصرف‌کنندگان خود را به کام مرگ می‌برد. مصرف دخانیات سالیانه موجب مرگ ۶ میلیون نفر می‌شود برآورد شده که ۶۰۰۰۰ نفر از این افراد در اثر مواجهه با دود دست دوم (محیطی) دخانیات به کام مرگ گشائنده می‌شوند. محصولات دخانی هر ۶ ثانیه یک نفر را می‌کشد.

نیمی از مصرف‌کنندگان با مصرف دخانیات به تدریج به دلیل ابتلا به بیماری‌ها مرتبط خواهد مرد. مرگ و میر وابسته به دخانیات به ۷/۵ میلیون نفر تا سال ۲۰۲۰ خواهد رسید که ۱۰ درصد کل مرگ و میر در جهان می‌باشد. به هر حال اگر این روند ادامه پیدا کند، دخانیات سالیانه تقریباً ۸ میلیون نفر را در دوره زمانی نزدیک به سال ۲۰۳۰ خواهد کشت.

بیشترین میزان مرگ و میر ناشی از دخانیات در کشورهای با درآمد پایین و متوسط اتفاق می‌افتد. در صورتی که اقدامی برای مهار این اپیدمی صورت نگیرد، دخانیات منجر به مرگ یک میلیارد نفر در قرن بیست و یکم خواهد شد.

صنعت دخانیات ۶ هزار میلیارد نخ سیگار را در سال به فروش می‌رساند که سود خالص آن در سال ۲۰۰۹ حدود ۶۱۴ میلیارد دلار برآورد شده است. از سویی دیگر وضع قوانین و ممنوعیت کشت توتون و تولید دخانیات دشوار است. سازمان‌های مردم‌نهاد، بخش سلامت و سازمان جهانی بهداشت دست در دستان دولتمردان باید از افزایش مصرف دخانیات در بین جوانان جلوگیری نمایند.

وضع قوانین و اقدام مناسب در جهت ممنوعیت تبلیغات دخانیات، افزایش مالیات و ممنوعیت استعمال



دخانیات در اماکن عمومی تنها راه مقابله با اپیدمی دخانیات است.

سازمان جهانی بهداشت در مهار اپیدمی دخانیات استراتژی‌های شش‌گانه‌ای اتخاذ کرده که به شرح ذیل می‌باشد:

- ۱- پایش مصرف دخانیات و سیاست‌های پیشگیرانه
 - ۲- محافظت از مردم در برابر دود دخانیات
 - ۳- پیشنهاد کمک برای ترک مصرف دخانیات
 - ۴- هشدار به مردم در خصوص خطرات مصرف دخانیات
 - ۵- اجرای ممنوعیت کامل تبلیغات ترویج دخانیات و حمایت مالی صنایع دخانی
 - ۶- افزایش مالیات بر دخانیات
- شعار روز جهانی بدون دخانیات امسال در رابطه با پنجمین استراتژی سازمان جهانی بهداشت است که عبارتست از: «ممنوعیت تبلیغات و ترویج دخانیات و حمایت مالی صنایع دخانی»

لازم به ذکر است که حدود نیمی از کودکان جهان در کشورهای زندگی می‌کنند که در آن هیچگونه ممنوعیتی در برابر فروش آزادانه محصولات دخانی وجود ندارد. مطالعات انجام شده در سطوح ملی نشانگر ۱۶ درصد کاهش جمعیت مصرف‌کننده مواد دخانی بعد از به اجرا گذاردن ممنوعیت تبلیغات این محصولات می‌باشد.

مواجهه با تبلیغات دخانی، ترویج و حمایت‌های مالی و همچنین دسترسی آسان، قیمت مناسب و ارزان و پذیرش اجتماعی نقش بسیار مهمی در تجربه کردن این مواد توسط جوانان و تبدیل شدن آنها به یک مصرف‌کننده دائم و متداول دارد.

مواجهه با تبلیغات و تحریکات صنایع دخانی زمینه‌ساز شروع به استعمال دخانیات در جوانان و حتی بزرگسالان می‌باشد.

صنایع دخانی هر ساله ده‌ها میلیارد دلار در سراسر دنیا برای تبلیغ و بازار فروش محصولات مرگبارشان هزینه می‌کنند. فعالیت‌ها و اقدامات بازاریابی آنها با هدف جذب جوانان و مصرف‌کنندگان جدید که امید

به زندگی در آنها بالا است انجام می‌پذیرد و این گروه به راحتی در این بازار جایگزین مصرف‌کنندگانی خواهند شد که در اثر بیماری‌های ناشی از مصرف دخانیات از دنیا رفته‌اند.

اشکال مختلف تبلیغات مستقیم شامل: رادیو، تلویزیون، مجلات، بلیوردهای تبلیغاتی، پوستره‌های دیواری، پست‌های الکترونیکی و حمایت‌های مالی از کارهای عوام پسندانه که جوانان را کاملاً به سمت خود جذب می‌کنند.

تنها ۵٪ از جمعیت جهان در کشورهای زندگی می‌کنند که در آنجا ممنوعیت کامل تبلیغات و فعالیت‌های تشویقی صنایع دخانی وجود دارد.

نیمی از کودکان سراسر دنیا در کشورهایی به سر می‌برند که هیچ ممنوعیتی نسبت به تبلیغات محصولات دخانی وجود ندارد. یکی از مهمترین اقدامات و راهکارهایی که کشورها می‌توانند از طریق آن سلامت نسل جوانانشان را تضمین و تأمین نمایند، ممنوعیت کامل تبلیغات به هر شکل و هر روشی است.

تنها ممنوعیت کامل تبلیغات قادر خواهد بود مصرف سیگار را کاهش دهد. مطالعات در سطح ملی نشان می‌دهد که قبل و بعد از ممنوعیت کامل تبلیغات مصرف دخانیات تا میزان ۱۶٪ کاهش یافته- ممنوعیت‌های جزئی و محدود تأثیر چندانی بر کاهش مصرف ندارند و یا این تأثیر بسیار ناچیز است. چرا که صنایع دخانی در صورت شکست یک روش به روش‌ها و راه‌حل‌های دیگر متوسل می‌شوند. به همین دلیل فقط ممنوعیت کامل می‌تواند یک بازدارنده‌ای برای تبلیغات آنان باشد.

بازاریابی صنایع دخانی ترکیبی از استراتژی‌های زیر است:

انتخاب شکل و نوع تبلیغات:

بعنوان مثال از طریق تبلیغات رسانه‌ای، تبلیغات از طریق بازی‌ها و سرگرمی‌های ویدیویی و کامپیوتری، اسباب‌بازی‌ها و یا تشویق و ترغیب به مصرف سیگار از طریق نمایش مارک‌های مختلف در سریال‌ها و



فیلم‌های سینمایی و تلویزیونی حمایت‌های مالی از فعالیت‌های ورزشی و رویدادهای دیگر محصولات خود را در ذهن افراد جوان جای می‌دهند.

مکان‌های دسترسی:

بعنوان مثال از طریق قفسه‌ها و طبقات دسترسی رایگان در فروشگاه‌های بزرگ، فروش اینترنتی محصولات، ماشین‌های فروش خودکار محصولات دخانی و تخفیف‌های ویژه برای خرید محصولات که تمامی این ترفندها باعث دسترسی آسان و جذب جوانان به سمت سیگار و سایر محصولات دخانی شده و مصرف‌کنندگان جدید را می‌سازد.

بسته‌بندی و شکل ظاهری محصولات:

بعنوان مثال استفاده از اصطلاحات و کلمات فریبنده و همراه‌کننده مانند لایت، کم قطران، ملایم، سبک بر روی بسته‌های محصولات دخانی و یا استفاده از طعم‌های مختلف گل‌ها و مواد خوراکی مطبوع در ترکیبات محصولات و بهره‌گیری از رنگ‌ها و طراحی‌های شکیل به طوری که مورد دلخواه و پسند جوانان باشد.

راه‌کارهای قیمت:

تشویق و تحریک به خرید محصولات دخانی از طریق تخفیف‌های ویژه در خرید چند بسته سیگار، سیگار رایگان در بسته‌های کوچک به عنوان جایزه (آسانتیون) که باعث جذب جوانان خواهد شد.

نگاهی به گذشته

سال گذشته سازمان بهداشت جهانی به مناسبت ۳۱ ماه مه، شعار «مبارزه با صنایع دخانی» را برگزید. این روز هر سال مورخ سی‌ویکم ماه مه میلادی مطابق با دهم خرداد هجری شمسی برگزار می‌شود. معاهده جهانی کنترل دخانیات که از سوی سازمان بهداشت جهانی تهیه شده است موثرترین ابزار در جهت کنترل دخانیات می‌باشد. این معاهده نخستین معاهده از سوی

سازمان بهداشت جهانی بوده که در جهت بهداشت عمومی در سطح کلان اقدامات و پیشرفت چشمگیری داشته است. این معاهده از سال ۲۰۰۵ به اجرا درآمده است و می‌توان گفت در تاریخ سازمان ملل متحد یکی از معاهداتی بوده که به سرعت و به وسعت زیادی توسعه یافته و بیش از ۱۷۰ کشور عضو یا هم‌پیمان را در بر گرفته است. معاهده جهانی کنترل دخانیات بر حق داشتن بالاترین استانداردهای بهداشتی برای افراد جامعه تأکید دارد و ابعاد قانونی جدیدی برای همکاری در زمینه کنترل دخانیات فراهم می‌آورد. روز جهانی بدون دخانیات در سال ۲۰۱۱ به گونه‌ای طراحی شد تا بر اهمیت کلی این معاهده تأکید کند. تعهدات کشورهای هم‌پیمان معاهده را یادآور شود و نقش مجمع اعضای معاهده و سازمان بهداشت جهانی در جهت حمایت از کشورها برای اجرای تعهداتشان را پررنگ سازد. مجمع اعضای معاهده، هسته مرکزی و حکمران این معاهده است. سراسر جهان نیازمند اجرای این معاهده است زیرا استعمال دخانیات اولین عامل مرگ قابل پیشگیری در جهان می‌باشد. طبق آمار بدست آمده تا پایان سال جاری بیش از پنج میلیون نفر بر اثر سکته قلبی، سکته مغزی، سرطان، بیماری‌های ریوی و سایر بیماری‌های ناشی از استعمال دخانیات جان خود را از دست خواهند داد. لازم به ذکر است که این رقم شامل بیش از ششصد هزار نفری (بیش از یک چهارم آنها را کودکان تشکیل می‌دهد) نیست که بر اثر استنشاق دود دست دوم (تحمیلی) دخانیات جان خود را از دست می‌دهند. به این ترتیب آمار سالانه مرگ و میر ناشی از استعمال دخانیات در سطح جهان تا سال ۲۰۳۰ به هشت میلیون نفر می‌رسد. از آنجایی که استعمال دخانیات در قرن بیستم باعث مرگ صد میلیون نفر شده است می‌توان پیش‌بینی کرد که این رقم در قرن بیست‌ویکم به یک میلیارد نفر خواهد رسید. تعهداتی که کشورهای عضو معاهده موظف به اجرای آنها می‌باشند عبارتند از:

- محافظت از سیاست‌های بهداشت عمومی در برابر آگهی‌ها، تبلیغات و سرمایه‌گذاری‌های صنایع دخانی



- تعیین قیمت و وضع مالیات به منظور کاهش تقاضای محصولات دخانی
- محافظت از افراد در برابر استنشاق دود دخانیات
- نظارت بر موارد تشکیل دهنده محصولات دخانی
- نظارت بر اسناد و مدارک پنهان در صنایع دخانی
- نظارت بر بسته‌بندی و درج هشدارهای بهداشتی بر محصولات دخانی
- آگاه‌سازی عموم نسبت به مضرات استعمال دخانیات
- ممنوعیت هرگونه تبلیغات و آگهی‌های بازرگانی محصولات دخانی
- کمک به افراد برای ترک استعمال دخانیات
- کنترل تجارت غیرقانونی دخانیات
- ممنوعیت خرید و فروش دخانیات توسط افراد زیر سن قانونی
- حمایت اقتصادی در برابر رشد دخانیات

برنامه‌های هفته بدون دخانیات در ایران

در ایران به مناسبت روز جهانی بدون دخانیات در یک هفته تحت عنوان هفته بدون دخانیات مراسم متعددی توسط سازمان‌های مختلف برگزار می‌گردد. از دو ماه قبل در معاونت سلامت وزارت بهداشت جلساتی با حضور سازمان‌های دولتی و غیردولتی شامل دانشگاه‌های علوم پزشکی، وزارت آموزش و پرورش، وزارت ارشاد، شهرداری، نیروی انتظامی و صدا و سیما برگزار می‌گردد تا برنامه‌ریزی هفته بدون دخانیات را انجام دهند.

دست‌اندرکاران برنامه‌های کنترل دخانیات به مناسبت این روز دومین جلسه هماهنگی روز جهانی و هفته ملی بدون دخانیات و بیست و سومین جلسه کارگروه آموزش، تحقیقات و ارتقاء سلامت را روز سه‌شنبه ۱۰ اردیبهشت ۹۲ در مرکز سلامت محیط و کار برگزار کردند.

دستور جلسه عبارت بود از: بحث و تبادل نظر در خصوص نحوه برگزاری روز جهانی و هفته ملی بدون دخانیات.

مصوبات این نشست تعیین و تصویب شعار روز جهانی

بدون دخانیات امسال و نامگذاری روزهای هفته بدون دخانیات به شرح زیر بوده است:

ایام هفته به شرح ذیل تعیین گردید.

- روز اول، شنبه ۹۲/۳/۴: مهارت نه گفتن کودکان و نوجوانان، سدی در برابر ترویج دخانیات

- روز دوم، یکشنبه ۹۲/۳/۵: رسالت رسانه‌ها و هنرمندان در منع تبلیغ و ترویج دخانیات

- روز سوم، دوشنبه ۹۲/۳/۶: ترویج قلیان تهدید جدی برای سلامت همگانی

- روز چهارم، سه‌شنبه ۹۲/۳/۷: ترفند صنایع دخانی، ترویج مصرف دخانیات در خانواده

- روز پنجم، چهارشنبه ۹۲/۳/۸: (شعار سال) تبلیغ، ترویج و حمایت از دخانیات ممنوع

- روز ششم، پنج‌شنبه ۹۲/۳/۹: رسالت قوای سه‌گانه در اجرای قانون جامع کنترل دخانیات

- روز هفتم، جمعه ۹۲/۳/۱۰: ارزش‌های دینی سدی در برابر تبلیغ و ترویج و حمایت از دخانیات

همچنین مقرر گشت طراحی پوستر توسط معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی البرز طراحی تا در جلسات بعدی مطرح و نهایی شود.

مقرر شد کنفرانس خبری با حضور اعضا و سازمان‌های ذیربط در تاریخ چهارشنبه ۱۳۹۲/۳/۱۱ با هماهنگی روابط عمومی برگزار گردد.

همایش روز جهانی بدون دخانیات با عنوان شعار سال در روز چهارشنبه ۹۲/۳/۸ برگزار خواهد شد.

مقرر گردید چند تیزر ۲۰ ثانیه‌ای از طریق روابط عمومی با همکاری معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز تهیه گردد و با هماهنگی روابط عمومی جهت اطلاع‌رسانی پخش گردد.

مجدداً تاکید شد آرم سازمان‌ها توسط نمایندگان آنها برای دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات ایمیل شود.

جلسه بعدی در تاریخ ۹۲/۳/۱۶ ساعت ۱۲-۱۰ تعیین شد. در خلال این هفته کارشناسان متعددی با حضور در برنامه‌های تلویزیونی و رادیویی به آگاه‌سازی عمومی در خصوص دخانیات و مضرات آن و راه‌های مبارزه و کنترل آن می‌پردازند. همچنین روزنامه‌ها با چاپ



مقالات مرتبط اخبار مهم این هفته را به اطلاع عموم می‌رساند.

شورای اسلامی شهر و مجموعه اداره کل سلامت شهرداری تهران نیز با درک عمیق خطر گسترش استعمال دخانیات و اهمیت پیشگیری از گسترش این روند رو به رشد، قانون شهر بدون دخانیات را به تصویب رسانده و امیدوار است با اجرای این قانون الگوی مناسبی برای تعمیم به کل جامعه فراهم گردد.

امسال نیز همزمان با هفته بدون دخانیات کمیته «تهران شهر بدون دخانیات» در نظر دارد با حضور سازمان‌ها و شرکت‌های مختلف مجموعه شهرداری تهران از جمله شرکت واحد اتوبوسرانی برنامه‌هایی فراهم آورد که طی آن برنامه‌ها و طرح‌های متنوعی به منظور ایجاد حساسیت در افراد و خانواده‌ها، فرهنگ‌سازی و ارتقای آگاهی همکاران و شهروندان محترم در خصوص مضرات جسمانی، روانی و اجتماعی مصرف دخانیات مصوب گردد که در این بین نقش شرکت واحد اتوبوسرانی تهران و حومه با توجه به کثرت نیروی انسانی خانواده بزرگ شرکت واحد در کلان شهر تهران و حضور گسترده در سطح شهر بسیار حائز اهمیت و تأثیرگذار است.

عمده برنامه‌های شرکت واحد اتوبوسرانی در هفته ملی مبارزه با دخانیات شامل موارد ذیل می‌باشد:

- برگزاری دوره‌های آموزشی مضرات مصرف دخانیات و راه کارهای ترک توسط کارشناسان حوزه HSE ویژه رانندگان و مسئولین مناطق و سامانه‌ها.

- ارائه خدمات مشاوره‌ای روانشناسی به پرسنل زیر مجموعه و خانواده‌ها در خصوص ترک سیگار

- پخش شعارها و هشدارهای تبلیغاتی از طریق نمایشگرهای موجود در اتوبوس‌های BRT

- نصب تابلوها و پوستره‌های مبارزه با دخانیات در اتوبوس‌ها و پایانه‌ها در طول هفته

- نظارت کارشناسان بهداشت بر اماکن تحت پوشش در سامانه‌ها و مناطق در خصوص ممنوعیت عرضه هرگونه مواد دخانی.

- تهیه و ابلاغ بخشنامه‌های مربوط به ممنوعیت استعمال مواد دخانی در اماکن عمومی و اتوبوس‌ها و تعمیرگاه‌ها

- اجرای برنامه‌های تشویقی در خصوص افرادی که اقدام به ترک سیگار نمودند توسط مناطق و سامانه‌ها

- نظارت و کنترل در خطوط، با همکاری کارشناسان HSE و بازرسی در خصوص اجرای صحیح بخشنامه‌های ابلاغی مربوطه در سطح شرکت واحد

همکاری با ادارات سلامت مناطق شهرداری در جهت برگزاری هر چه باشکوه‌تر همایش‌های پیاده‌روی نمادین شهری در خصوص ضدآرزش کردن این عمل ناپسندیده استعمال دخانیات

شرکت واحد اتوبوسرانی در تلاش است تا با اجرایی کردن قانون شهر بدون دخانیات در محدوده فعالیت خود و نیز مشارکت فعال در برنامه‌های جمعی و بین‌بخشی و همکاری نزدیک با سازمان‌های ذی‌ربط و مردم‌نهاد بتواند گامی هر چند کوچک در راستای ارتقای سلامت شهر و شهروندان بردارد و در آینده‌ای نزدیک تهران به عنوان شهر بدون دخانیات و شرکت واحد به عنوان ناوگان حمل و نقل بدون دخانیات به عنوان الگو برای کل کشور و شهرهای بزرگ دنیا قرار گیرد.

منابع:

- سازمان بهداشت جهانی

- دفتر سلامت محیط و کار وزارت بهداشت

- *Framework Convention Alliance*

- شرکت دخانیات ایران





Lucky Strike نام سیگار پر فروش شرکت دخانیات BAT است که برگزار کننده و حامی چرخ و فلک Ferris در جشنواره موسیقی سال ۲۰۱۲ در لهستان بوده است. تبلیغات، ترویج و حمایت مالی دخانیات جوانان را مورد هدف قرار داده و جان بسیاری را می‌گیرد.



ما توانستیم شما هم می‌توانید



کاهش مصرف داشتند. میانگین موفقیت در کل ۶۵٪ برآورد شده است.

میزان موفقیت یک ساله در این کلینیک ۳۶ تا ۴۰ درصد می‌باشد که در مقایسه با آمار بسیاری از کلینیکها در سراسر جهان قابل قبول می‌باشد.

در پایان هر دوره به افرادی که موفق به ترک سیگار شده‌اند لوح تقدیر اهدا می‌گردد و این افراد نیز در صورت تمایل از احساس موفقیت و نظر خود درباره این اقدام و شرکت در این کلاسها یادداشتی می‌نویسند و همچنین مصاحبه‌ای با آنها انجام می‌گیرد. شاید با خواندن این مصاحبات و یادداشتهای سایر افراد سیگاری نیز تشویق به ترک سیگار گردند. فراموش نکنید که هیچ‌وقت برای ترک سیگار دیر نیست. ما توانستیم شما هم می‌توانید!

کلینیک ترک سیگار پیروزی در سال ۱۳۷۷ به عنوان اولین مرکز درمانی تخصصی ترک سیگار کشور توسط مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات و با همکاری شهرداری منطقه ۱۴ افتتاح گردید. طی این سالها افراد سیگاری بسیاری توانستند با شرکت در دوره‌های این کلینیک موفق به ترک سیگار گردند. هر دوره این کلاسها شامل ۴ جلسه بصورت هفته‌ای یک بار می‌باشد.

از سال ۷۷ تاکنون در حدود ۵۵۰۰ نفر در این کلینیک ثبت‌نام کردند که از این تعداد حدود ۴۰۰۰ نفر دوره‌های ترک را آغاز نمودند. خدمات ارائه شده در تمام این سالها رایگان بوده است. میانگین میزان موفقیت در دوره (کسانی که دوره را کامل به پایان رساندند) طی این سالها ۸۵٪ بوده و ۱۵ درصدشان



۱. لطفاً خودتان را معرفی کنید و بگویید از چه زمانی سیگار کشیدن را شروع کردید؟
 محمدعلی فرزانه مهر هستم، متولد ۱۳۳۵، دیپلمه و شغل آزاد دارم. از سن ۱۹ سالگی سیگار کشیدن را شروع کردم. اولین سیگار را همکلاسی دبیرستانم به من داد. یادم می‌آید خیلی سرم گیج رفت ولی از شکل دست گرفتن سیگار خوشم آمد و چون رسانه‌های ملی مثل تلویزیون دائماً تبلیغ سیگار را می‌کرد هوس کردم یک پک سیگار بکشم. سیگار آن زمان اشنو پارس بدون فیلتر بود که دائماً از تلویزیون تبلیغ می‌شد و این تبلیغ‌ها باعث می‌شد که هر فردی علاقمند به سیگار کشیدن شود.

۲. چند روز است که دیگر سیگار نکشیدید؟
 ۱۰ روز است که دیگر سیگار نکشیدم. روزهای اول برایم خیلی سخت بود. اصلاً از خانه خارج نشدم چون می‌ترسیدم فرد سیگاری را ببینم و هوس سیگار بکنم. در طول این چند روز فقط نزدیکانم مثل فرزند و همسرم کنارم بودند.

۳. اگر کسی به شما سیگار تعارف کند به او چه می‌گویید؟
 صراحتاً به او می‌گویم نه، چون ترک کردم پس شما هم بهتر است ترک کنید. در حال حاضر با دیدن شکل ظاهری سیگار حالم بد می‌شود چه برسد به خود سیگار. بدترین بواز نظر من بوی سیر بود ولی در حال حاضر از نظر من بوی سیگار از همه بدتر است.

۴. وضعیت روحی‌تان بعد از ترک سیگار چطور است؟
 بسیار عالی است. هر چند که مشکلات اقتصادی به حدی است که افسردگی در افراد زیاد شده ولی من در حال حاضر زندگی بدون دخانیات را بسیار زیبا می‌بینم.

۵. چه توصیه‌ای به جوانان کشور دارید؟
 خواهش می‌کنم سیگار نکشید، چرا که سلامتی خودتان و دیگران را به خطر می‌اندازید. یکی از فرزندان من دور از چشم من سیگار می‌کشد و من گاهی اوقات غیرمستقیم به او می‌گویم سیگار نکش ولی او باید خودش اراده کند تا سیگارش را ترک کند.

۶. چطور با مرکز ترک سیگار بیمارستان مسیح دانشوری آشنا شدید؟
 از طریق برادر خانمم که پزشک است و من را با این مرکز آشنا کرد.

۷. از تصمیمتان برای آینده بگویید؟
 هرگز سراغ دخانیات نخواهم رفت.

۸. اگر روزی بیکار باشید کار کردن در شرکت دخانیات را قبول می‌کنید؟
 هرگز، چون از این شغل متنفرم.

۹. چه پیامی برای افراد سیگاری دارید؟
 فقط به آنها می‌گویم سیگار خود را ترک کنند.

توصیه اینجانب محمدعلی فرزانه مهر به کلیه سیگاری‌ها
 نکشید - نکشید - نترسید
 محمدعلی فرزانه مهر



فعالیت‌های مرکز

- جهت ایجاد محیطی بدون دخانیات به ما بپیوندید
- مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات که بر اساس برنامه استراتژیک خود و دیدگاه (برآئیم) تا جامعه‌ای عاری از دخانیات داشته باشیم) در نظر دارد اتحادی تشکیل دهد و بدینوسیله از کلیه ادارات، سازمان‌ها، مراکز و دفاتر مختلف دولتی و غیردولتی که با انگیزه ارتقاء سطح سلامت کارکنان و شهروندان در محیط خود خواستار اجرای قانون ممنوعیت مصرف دخانیات در اماکن عمومی می‌باشند درخواست می‌کند تا با ارسال مشخصات و آدرس خود از این طریق به ما پیوسته و با حرکتی نمادین موجبات تقویت این مبارزه را فراهم سازند. همچنین این مرکز بر حسب تجربیات بدست آمده آماده ارائه آموزشهای مربوطه درباره اجرای این قانون و چگونگی برنامه‌ریزی برای رسیدن به هدف عاری بودن محیط از دخانیات می‌باشد.
- تا کنون اسامی ذیل در این حرکت پیشرو بوده‌اند:
- دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
 - بیمارستان دکتر مسیح دانشوری
 - بیمارستان کسری
 - منطقه پارس جنوبی
 - شهرداری تهران
 - فروشگاه‌های زنجیره‌ای شهروند
 - پارک قیطریه
 - پارک قائم
 - پارک ارم
 - پارک هنرمندان
 - پارک بعثت
 - پارک معلم
 - پارک شفق
 - پارک هنر
 - پارک شطرنج
 - پارک پردیس و ...



چهره‌های معروفی که سیگار را ترک کرده‌اند

یک شاهی هم دادیم و ۲ تا کبریت خریدیم. نزدیک منزل‌مان خرابه‌ای بود به نام قهوه‌خانه.

آنجا رفتیم و دو تایی روبروی هم نشستیم و هر کسی با کبریت خودش سیگارها را آتش زد و کشید. ۱۰ سیگار من و ۱۰ سیگار آقا مهدی کشید. تمام که شد، آمدیم بلند شویم. سرمان گیج رفت. افتادیم و به حالت اغما فرو رفتیم. خانواده از این طرف و آن طرف گشتند و ما را پیدا کردند. دیدند دور و بر ما ته سیگار ریخته است. دهن‌مان را بو کردند و دیدند بله، سیگار کشیدیم. ابلیمو خوراندند و به هوش آمدیم. وقتی به هوش شدیم نگفتیم سیگار بد است؛ گفتیم ما بد کشیدیم! باید درست کشید! خلاصه هر دو مان سیگاری شدیم تا وقتی که هر دو ازدواج کردیم؛ اما خانم اخوی، مخالف با سیگار بود. از خود اخوی شنیدم که با خانمش فرار گذاشتند. خانم از مهریه صرف‌نظر کند ایشان هم از سیگار و همین کار را هم کردند و ایشان دیگر سیگار نکشیدند. ولی چون خانم من از این حرف‌ها نزه من الان سیگاری هستم.

اگر سیگار نباشد سینه را می‌خواهم چه کنم؟ ترک سیگار آیتا... حجت‌شاید یکی از غیرمنتظره‌ترین ترک‌هایی باشد که روایت می‌شود. استاد مطهری در این باره می‌نویسند: «آیتا... حجت یک سیگاری‌ای بود که تاکنون نظیر او را ندیده بودم. گاهی سیگار او از سیگار دیگر بریده نمی‌شد. بعضی اوقات هم که می‌برد بسیار مدتش کوتاه بود. طولی نمی‌کشید که مجدداً سیگاری را آتش می‌زد. در اوقات بیماری اکثر وقتشان صرف کشیدن سیگار می‌گشت. وقتی مریض شدند و او را برای معالجه به تهران بردند، در تهران اطبا گفتند چون بیماری ریوی دارید باید سیگار را ترک کنید و به سینه‌تان ضرر دارد. ایشان ابتدا به شوخی فرموده بودند: من این سینه را برای کشیدن سیگار می‌خواهم. اگر سیگار نباشد سینه را می‌خواهم چه کنم؟ عرض کردند: به هر حال سیگار برایتان ضرر دارد و واقعا مضر است، ایشان فرموده بودند: واقعا مضر است؟ گفته بودند: بله واقعا همینطور است. فرموده

ایران ۱۲ میلیون سیگاری دارد که در سال بیش از ۶۲ میلیارد نخ سیگار دود می‌کنند و البته هر روز ۲۰۰ نفر از آنها به خاطر مصرف سیگار جانشان را از دست می‌دهند.

سیگاری‌هایی که خیلی از آنها برای ترک دست به دامن موسسات ترک سیگار می‌شوند و دست آخر باز هم رفیق روز و شب‌شان فندک است و پاکت سیگار. اما در این میان، چهره‌های شناخته شده‌ای هم هستند که فاصله از آن تا عملشان یک لحظه بوده و با یک تصمیم زندگی‌شان را از هر نوع وابستگی به سیگار پاک کرده‌اند.

آخرین سیگاری که امام کشیدند

شاید جالب‌ترین ماجرای ترک سیگار، مربوط به امام خمینی (ره) باشد که خاطره آن را فاطمه طباطبایی، عروس امام در کتاب «قلیم خاطرات» نقل کرده است. او می‌گوید: «یک شب امام گفتند: در جوانی سیگار می‌کشیدم.

تا این که یک شب سرد زمستان که پشت کرسی مشغول مطالعه بودم، به مطلب مهمی رسیدم و فکرم بشدت درگیر فهم آن شد. در همین حال برای آوردن سیگار از اتاق بیرون رفتم. پس از بازگشت همین که نگاهم به کتاب افتاد که آن را بر زمین گذاشته و به دنبال سیگار رفته بودم، احساس شرمندگی کردم و با خود عهد کردم که دیگر سیگار نکشم. آن را خاموش کردم و دیگر سیگار نکشیدم.»

یا مهریه یا ترک سیگار

درباره سیگاری شدن و ترک سیگار شهید مهدی شاه آبادی هم برادر ایشان، آیتا... نصر... شاه آبادی خاطره‌ای را نقل می‌کنند و می‌گویند: «۸-۷ ساله که بودیم فکر می‌کردیم هر کسی سیگار بکشد مرد است. گاهی یواشکی سیگار از وسایل مرحوم پدرم برمی‌داشتیم و می‌رفتیم می‌کشیدیم. روزی عیدی‌هایمان را برداشتیم و دو تایی با هم رفتیم و یکی یک پاکت سیگار ۱۰ تایی که ۱۰ شاهی قیمتش بود گرفتیم.



بودند: دیگر نمی‌کشم... یک کلمه نمی‌کشم کار را یکسره کرد. یک حرف و یک تصمیم این مرد را به صورت یک مهاجر از عادت قرار داد.

پگو همسایه سیگار بکشد

شهید همت هم یکی از کسانی بوده که در جوانی سیگار می‌کشید اما به خاطر یک جمله تصمیم می‌گیرد برای همیشه سیگار را کنار بگذارد. یکی از نزدیکان او در کتاب «به مجنون گفتم زنده بمان» ماجرای ترک سیگار شهید همت را اینطور تعریف می‌کند: «روز خواستگاری یا زمان خواندن خطبه عقد بود که مادرم گفت: قول می‌دهد سیگار هم نکشد. خائمش هم گفت مجاهد فی سبیل... که نباید سیگار بکشد. سیگار کشیدن دور از شأن شماست!

وقتی برگشتیم خانه رفت جیب‌هایش را گشت: سیگارهایش را درآورد له کرد و برد ریخت توی سطل آشغال. گفت تمام شد. دیگر هیچ کس دست من سیگار نمی‌بیند. همین هم شده. خائمش می‌گفت: دو سال از ازدواجمان می‌گذشت. رفتم پیشش گفتم: این بچه گوشش درد می‌کند: این سیگار را بگیر یک پک بزن دودش را فوت کن توی گوشش. گفت: «همی‌توانم قول دادم دیگر سیگار نکشم. گفتم: بچه دارد درد می‌کشد! گفت: ببر بده همسایه بکشد و توی گوشش فوت کند. دیگر هم به من نگو.»

شیخ فضل... دهانت بوی سیگار می‌دهد!

اما به جز شهید همت شهید محلاتی هم جزو ترک سیگار کرده‌ها به حساب می‌آید که به خاطر خوابی که دید، سیگار را برای همیشه ترک کرد. عده‌ای از دوستان او درباره این اتفاق می‌گویند که ایشان تا حدود دو سال قبل از شهادت، گاه و بیگاه سیگار می‌کشید.

بارها نذر کرده بود که سیگار نکشد و سیگار را ترک می‌کرد، اما همیشه در نذرهایش یک استثنا وجود داشت که اگر به زندان رفت، حق کشیدن سیگار را داشته باشد. در زندان‌های رژیم شاه شکنجه‌های روحی و جسمی آن قدر سخت و طاقت‌فرسا بود که

خیلی‌ها این فشارها را بدون سیگار نمی‌توانستند تحمل کنند.

این موضوع سبب شده بود که سیگار هرچند گاه در زندگی او خودنمایی کند. اما مدتی قبل از شهادت خوابی دید که برای همیشه سیگار را کنار گذاشت.

پایگاه اطلاع‌رسانی ایثار و شهادت در این باره می‌نویسد: «یک روز وقتی از خواب برخاست، گفت:

من هرگز سیگار نمی‌کشم. وقتی علت را پرسیدند گفت: خواب دیدم که با حضرت امام خویشاوند شده‌ام و امام به منزل ما آمده‌اند.

گروهی از مردم هم در محضر ایشان حضور داشتند من جلو رفتم تا در گوش امام چیزی بگویم اما امام فرمود: شیخ فضل... دهانت بوی سیگار می‌دهد! من در خواب خیلی ناراحت شدم و بدون بیان مطلبی به امام عذر خواستم و به عقب برگشتم و یک پاکت سیگاری هم که در جیب داشتم به درویشی که در گوشه‌ای نشسته بود دادم.» شهید محلاتی بعد از دیدن این خواب سیگار را برای همیشه ترک کرد.

<http://www.bartarinha.ir/fa/news/24807>



اخبار کشوری

یاد کرد که در کنگره ۵۳ در این باره بحث می‌شود. صاحب‌جمعی با بیان اینکه سرطان دهان نیز نظیر هر عضوی می‌تواند با ایجاد علایمی همراه باشد افزود: این تغییرات می‌تواند به صورت تغییر در حجم و رنگ اعم از لکه سفید ارغوانی، قرمز، سیاه یا آبی حتی بدون ازدیاد حجم یا تغییر در شکل در حس و حالت یک ناحیه در دهان زخم و سایش مخاطی اختلال حین جویدن و بلع غذا باشد که باید آن را را جدی گرفت. به گفته وی درد در مفصل فک، احساس بی‌حسی در لب و فک تورم غدد بزاقی، غدد لنفاوی دهان، فک و گردن را هم نباید از نظر دور داشت. رئیس کنگره ۵۳ انجمن دندانپزشکی ایران با اشاره به شیوع این سرطان در سنین بالای ۵۰ سال گفت: اما در عین حال ابتلا به این سرطان در دیگر سنین غیر ممکن نیست. صاحب‌جمعی یادآور شد: مشاهده تنها راه تشخیص نیست بلکه گرفتن تاریخچه، معاینات بالینی و پاراکلینیکی از جمله بیوپسی، MRI، سونوگرافی و رادیوگرافی می‌تواند به تشخیص کمک کند. پنجاه و سومین کنگره بین‌المللی انجمن دندانپزشکی ایران ۲۳ تا ۲۷ اردیبهشت با حضور بیش از ۳ هزار نفر شرکت‌کننده و با ارائه آخرین دستاوردهای علمی و پژوهشی در زمینه دندانپزشکی توسط اساتید برجسته داخلی و خارجی در محل سالن برج میلاد تهران برگزار شد.

<http://farsnews.com/newstext.php?n-139202>

یک هشدار تازه درباره قلیان

رئیس انجمن علمی سلامت خانواده ایران با تاکید بر اینکه «ثابت شده استعمال تنباکو از یک طرف سبب آسیب به قدرت باروری مردان می‌شود و از طرف دیگر اثر سوء بر روی عملکرد جنسی آنان دارند» هشدار داد: «دود سیگار و تنباکو سبب ایجاد نشت وریدی در دستگاه تناسلی مردان می‌شود؛ یعنی بدترین نوع اختلال جنسی را ایجاد می‌کند.»

سیگار، مهمترین عامل ابتلا به سرطان زبان

رئیس پنجاه و سومین کنگره انجمن دندانپزشکان ایران استعمال دخانیات و مصرف مشروبات الکلی را مهمترین علت بروز سرطان دهان برشمرد و گفت: شایع‌ترین محل بروز ضایعات سرطانی ناحیه کناری- خلفی زبان است. به گزارش خبرگزاری فارس، مهناز صاحب‌جمعی با بیان اینکه سرطان زبان به علت در معرض دید نبودن علایم دیر تشخیص داده می‌شود گفت: افراد به ویژه در سنین بالای ۵۰ باید به بازبینی‌های دوره‌ای دهان توسط دندانپزشک خود توجه داشته باشند. سرطان بافت نرم از جمله زبان، لب، گونه و لثه بیش از ۹۰ درصد کل سرطان‌های حفره دهانی را تشکیل می‌دهند البته از میان آنها سرطان زبان شایع‌تر است. وی با بیان اینکه بخش خلفی زبان شایع‌ترین محل برای بروز ضایعات بدخیم زبانی است، گفت: در حالی که محل ضایعه در دسترس و دید دندانپزشکان نیست، این نوع سرطان تا مراحل پیشرفته درد ندارد از این رو دیر تشخیص داده می‌شود و کشنده است و پیش‌آگهی بدی دارد. رئیس کنگره ۵۳ انجمن دندانپزشکی ایران با بیان اینکه سرطان دهان ارثی نیست اما وجود زمینه ژنتیکی، مصرف مشروبات الکلی، عفونت‌های مزمن، عوامل تغذیه‌ای و همچنین استفاده طولانی از محصولات حاوی مواد نگهدارنده همگی در ابتلا به ضایعات بدخیم حفره دهانی موثر هستند. عضو هیئت علمی دانشکده دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران با بیان اینکه میزان بقای مبتلایان به سرطان زبان کم است افزود: سن بالا، سوء تغذیه، فقر آهن، کمبود ویتامین B۱۲، اسید فولیک و وجود زمینه‌هایی برای ابتلا به نقص ایمنی همگی از عوامل خطر در بروز سرطان دهان است و آنجا که استرس و فشارهای روانی سیستم ایمنی بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهد این روند می‌تواند بر پیشرفت سرطان تأثیرگذار باشد. این متخصص بیماری‌های دهان و دندان از سرطان دهان به عنوان یکی از چالش‌های تشخیصی دندانپزشکی



به گزارش ایسنا دکتر محمدرضا صفری نژاد در گفت‌وگو با سلامت‌نیوز درباره اثرات مضر استعمال قلیان بر روی عملکرد جنسی مردان افزود: «بر خلاف اعتقاد مردم مضرات قلیان ۱۰ برابر سیگار است و تنباکو به هر شکلی که استفاده شود چه به شکل سیگار، پیپ و چه قلیان عوارض سوء بسیاری بر جای می‌گذارد.» وی ادامه داد: «تا به حال بیش از ۳۰۰ نوع ماده سمی در دود نیکوتین کشف شده است و عوارض سوء استعمال سیگار بر روی باروری موضوع شناخته‌شده‌ای است که هیچ جای شک و بحثی در آن نیست. حال که قلیان حدود ۱۰ برابر بیشتر از سیگار سبب ورود دود مضر به ریه‌ها می‌شود دقیقاً می‌توان گفت مضرات آن نیز به نسبت دود سیگار افزایش پیدا می‌کند.» رییس انجمن علمی سلامت خانواده ایران همچنین گفت: «طی یک بررسی مشخص شده افرادی که به مدت پنج سال روزانه بیش از یک پاکت سیگار استعمال کرده‌اند کیفیت و کمیت اسپرمشان مختل می‌شود. کمیت اسپرم همان تعداد اسپرم است و کیفیت اسپرم حرکت و شکل طبیعی آن؛ اما کیفیت خیلی مهمتر از کمیت است.» وی تأکید کرد: «بنابراین ثابت شده است که مصرف دود تنباکو از یک طرف سبب آسیب به قدرت باروری مردان می‌شود و از طرف دیگر نیز اثر سوء بر روی عملکرد جنسی مرد دارد. ما به بیمارانی که با اختلالات جنسی مراجعه می‌کنند، توصیه می‌کنیم روش زندگی یا life style خود را اصلاح کنند و اگر دچار اضافه وزن هستند حتماً وزن را کاهش دهند، استعمال سیگار را قطع کنند، اگر چربی خون بالایی دارد چربی خون را کنترل کنند و اگر زندگی بدون تحرکی دارد ورزش کنند؛ چرا که در بسیاری از موارد همین که بیمار روش زندگی‌اش را تغییر می‌دهد مشکلاتش حل می‌شود.» رییس انجمن علمی سلامت خانواده ایران در ادامه با بیان اینکه از اثرات مضر سیگار هر قدر بگوییم کم گفته‌ایم، خاطرنشان کرد: «اخیراً طی یک بررسی مشخص شده است افرادی که مقادیر زیادی دود تنباکو مثل قلیان استفاده می‌کنند دچار شکستگی

در کروموزم‌های اسپرم‌ها می‌شوند که این مشکل سبب ایجاد یک نوع ناباروری می‌شود و اگر حیوانا مرد بتواند با روش‌های لقاح مصنوعی بچه‌دار شود این مشکل به بچه‌هایش نیز منتقل می‌شود.» وی ادامه داد: «توضیحی که باید بدهم این است که ما یک سیگار کش فعال و یک نوع سیگار کش غیرفعال داریم. در اتفاقی که مردی سیگار می‌کشد یک سوم دود به بغل دستی‌اش می‌رسد؛ یعنی اگر مردی سه سیگار بکشد اثرات سیگار در بغل دستی مانند این است که یکی از سه تا سیگار را او کشیده است.» دکتر صفری نژاد افزود: «می‌خواهم این را توضیح بدهم که در مکان‌هایی که قلیان می‌دهند گاه می‌بینیم ۱۰ نفر در حال استعمال قلیان هستند و نه تنها دود قلیان خود را استنشاق می‌کنند بلکه دود قلیان اطرافیان را نیز می‌بلعند. این مسئله در محیط‌های بسته حتی در منزل صدق می‌کند؛ بنابراین اگر خود فرد سیگاری نباشد اما اطرافیان وی سیگاری باشند مضرات سیگار به وی نیز می‌رسد.»

<http://isna.ir/fa/news/91122114187>

هشدار دهنده سن مصرف مواد دخانی در کشور

روزنامه خراسان نوشت: «بنا به گفته یک مسئول ستاد اجرای قانون کنترل دخانیات ۹ میلیون نفر در کشور سیگاری هستند که متوسط مصرف آن‌ها در روز ۱۰ نخ است.»

به گزارش ایسنا به این ترتیب سالانه بیش از ۳۲ میلیارد نخ سیگار در کشور مصرف می‌شود، البته آمارهای دیگری هم در این زمینه وجود دارد که نشان‌دهنده مصرف سالانه ۶۵ میلیارد نخ سیگار در کشور است. اما به جز این، کاهش سن مصرف سیگار و مواد دخانی است که نگرانی ایجاد کرده است. این مسئول، سن آشنایی با سیگار را حدود ۱۳ سال می‌داند که اگر بخواهیم سن کشیدن قلیان را نیز محاسبه کنیم سن مصرف مواد دخانی در کشور حتی به ۱۰ سال هم می‌رسد.



علاوه بر این آمار تأسف برانگیز فوت حدود ۷۰ هزار نفر در سال بر اثر بیماری‌های ناشی از استعمال سیگار و مواد دخانی توجه بیش از پیش به این مقوله را می‌طلبد. در سال ۸۵ قانون جامع کنترل و مقابله با مصرف دخانیات در مجلس به تصویب رسید. اما در حال حاضر با گذشت شش سال از آن تنها نیمی از مواد این قانون اجرایی شده و دیگر مواد آن همچنان بر کاغذ باقی مانده است. آذری پور عضو کمیته کشوری سیاست‌گذاری ستاد اجرای قانون کنترل دخانیات با بیان این مطلب به خراسان گفت: «قانون جامع کنترل دخانیات در ۲۲ ماده در سال ۸۵ به تصویب رسید و در حال حاضر با گذشت شش سال، تنها نیمی از مواد آن اجرایی شده است.» ممنوعیت استعمال دخانیات در ۹۰ درصد اماکن عمومی اجرا شده است

وی افزود که یکی از مواد قانون کنترل مصرف دخانیات که تا ۹۰ درصد اجرا شده است ممنوعیت استعمال سیگار در اماکن عمومی است و این رقم بر اساس یک پژوهش میدانی ارائه شده است. بنا به گفته آذری پور «به عنوان مثال ممنوعیت استعمال دخانیات در اتوبوس‌ها تا ۱۰۰ درصد، تاکسی‌ها ۹۵ درصد و ساختمان‌های اداری و دولتی بیش از ۹۰ درصد اجرا می‌شود و تنها ۱۰ درصد از اماکن عمومی هنوز قانون ممنوعیت استعمال دخانیات را به طور کامل اجرا نمی‌کنند.» وی افزود: «همچنین ماده مربوط به نصب علائم هشدار روی بسته‌های سیگار تا حدودی اجرا شده است، اما برای این که انتظارات برآورده شود باید اقدامات موثرتری انجام شود.» عضو هیئت مدیره انجمن زندگی بدون دخانیات، در ادامه با اشاره به این که «نصب علائم هشداردهنده درباره عوارض سیگار در اماکن عمومی نیز به خوبی اجرا نشده است» گفت: «در زمینه کار فرهنگی و آموزشی نیز کم کاری شده است.» وی افزود: «یکی از مواد قانون کنترل مصرف دخانیات ممنوعیت عرضه قلیان در مراکز تفریحی و رستوران‌ها و قهوه‌خانه‌هاست که هنوز اجرا نشده است و شاهد

عرضه و مصرف قلیان در قهوه‌خانه‌ها و اماکن تفریحی هستیم؛ اما به تازگی با امضای توافق‌نامه‌ای میان وزیر بهداشت و وزیر کشور فرار شده با عرضه قلیان در قهوه‌خانه‌ها و اماکن تفریحی مقابله شود. قانون ممنوعیت عرضه سیگار به افراد زیر ۱۸ سال اجرا نشده است

آذری پور در ادامه با بیان این که قانون ممنوعیت فروش و عرضه سیگار توسط برخی اصناف و همچنین ممنوعیت فروش سیگار به افراد زیر ۱۸ سال از جمله مواردیست که اجرا نشده گفت: «راه‌اندازی کلینیک‌های ترک سیگار نیز از جمله مواردیست که هنوز در حد انتظار نیست و باید در تمامی شهرها بخش دولتی و خصوصی نسبت به راه‌اندازی آنها اقدام کنند. وی همچنین با اشاره به این که در سیگار ۴۰۰۰ ماده شیمیایی وجود دارد که ۴۰۰ نوع آن بیماری‌زا و ۴۲ نوعش سرطان‌زا است گفت: «در حال حاضر بر اساس آمار ۱۲ درصد از افراد بالای ۱۵ سال در کشور سیگار می‌کشند که در مجموع رقمی حدود ۹ میلیون نفر را شامل می‌شود. همچنین متوسط مصرف سیگار در کشور ۹۰ میلیون نخ در روز است که باید با اقدامات فرهنگی، آموزشی و اجرای کامل قانون کنترل مصرف دخانیات از میزان مصرف در کشور کاسته شود. سن مصرف مواد دخانی به ۱۰ سال رسیده است وی ادامه داد: «سن آشنایی با سیگار در کشور ما، مانند دیگر کشورهای جهان ۱۳ سال است اما با گسترش مصرف قلیان در خانواده‌ها می‌توان به صراحت گفت که سن مصرف سیگار و مواد دخانی در کشور به ۱۰ سال رسیده است و این مسئله جای نگرانی دارد. همچنین به گزارش ایرنا و بر اساس گزارش جمعیت مبارزه با دخانیات میزان مرگ و میر روزانه بر اثر مصرف سیگار در کشور حدود ۲۰۰ نفر است که در سال به حدود ۷۰ هزار نفر می‌رسد. به گزارش ایسنا و بر اساس نظرات کارشناسی دبیرخانه ستاد کشوری کنترل و مبارزه با دخانیات مرکز سلامت محیط کار سیگار عامل ۳۰ درصد تمام سرطان‌ها، ۹۰ درصد سرطان‌های ریه، ۵۰ درصد بیماری‌های



افزود: مواد موجود در سیگار از جمله نیکوتین، قابلیت انعطاف دیواره رگ‌ها را از بین برده و فشارخون رگ‌ها را افزایش می‌دهد.

وی با بیان اینکه احتمال بروز بیماری‌های قلبی و عروقی با مصرف دخانیات افزایش می‌یابد، گفت: همچنین نیکوتین سیگار باعث افزایش ضریب قلب در افراد می‌شود.

عضو کمیته سیاستگذاری ستاد اجرایی قانون جامع کنترل دخانیات اظهار داشت: همچنین پاسخ به درمان مبتلایان به فشارخون که سیگار مصرف می‌کنند، ضعیف‌تر از سایر افراد است و به مصرف داروی بیشتری نیاز دارند.

آذری پور ماسوله خاطر نشان کرد: فشارخون افراد غیرسیگاری را می‌توان با مقادیر کمتری از داروها کنترل کرد.

<http://irna.ir/fa/News/80612469>

قلب و عروق و ۷۵ درصد بیماری‌های ریوی است. بر اساس آمار ۱۲ درصد جمعیت بالای ۱۵ سال کشور سیگار مصرف می‌کنند. برآوردهای کشوری نیز حاکی از آن است که اگر روند مصرف سیگار به همین شکل ادامه یابد پیش‌بینی می‌شود مرگ و میر ناشی از عوارض آن تا ۲۰ سال آینده به ۲۰۰ هزار نفر در سال افزایش یابد؛ بنابراین اگر چه روزانه ۵ تا ۷ میلیارد تومان برای خرید سیگار هزینه می‌شود سه برابر آن نیز برای درمان بیماری‌های ناشی از مصرف آن صرف می‌شود؛ اما به نظر می‌رسد اجرای کامل قانون می‌تواند از این خسارت‌های جانی و مالی بکاهد. شرکت دخانیات از توقف فروش سیگار تا ۱۱ خرداد ماه خبر داد.

شرکت دخانیات ایران هم فروش انواع محصولات دخانی تولیدی خود را در تمامی استان‌ها و مناطق کشور متوقف می‌کند.

شرکت دخانیات ایران قصد دارد به مناسبت هفته ملی دخانیات به مدت یک هفته و تا ۱۱ خرداد فروش تمام سیگارهای تولیدی خود را در سراسر کشور متوقف کند. روز ۳۱ می مصادف با روز جهانی بدون دخانیات است و در ایران نیز از پنجم تا ۱۱ خرداد به عنوان هفته ملی بدون دخانیات نامگذاری شده است. شرکت دخانیات اعلام کرده که فروش محصولات خود را با هدف ترویج سلامت و به منظور نشان دادن حسن نیت در عرصه فرهنگ‌سازی و ارتقای زمینه‌های بهداشت جسم و روان به مدت یک هفته متوقف می‌کند.

<http://isna.ir/fa/news/91030603654>

مصرف سیگار باعث فشارخون می‌شود

عضو کمیته سیاستگذاری ستاد اجرایی قانون جامع کنترل دخانیات گفت: مصرف سیگار سبب بالا رفتن نبض قلب و بروز فشارخون در افراد می‌شود.

دکتر «حسن آذری پور ماسوله» در گفت و گو با خبرنگار اجتماعی ایرنا به مناسبت هفته سلامت



اخبار بین الملل

کاهش سیگار قاچاق در شمال انگلستان

سیگار خطر خودکشی را تشدید می کند

Deborah Arnott

عضو FCA



روانشناسان هشدار دادند کشیدن سیگار سبب تشدید مشکلات و ناراحتی های روانی مثل احساساتی شدن و پرخاشگری می شود.

به گزارش سرویس بهداشت و درمان ایسنا، کارشناسان پزشکی در یک سمپوزیوم اخیراً توافق کرده اند که سیگار کشیدن خطر اقدام به خودکشی را افزایش می دهد.

جوجتون هو، یک روانپزشک بیمارستان ایولجی در ستول، پایتخت کره جنوبی طی نشست، میزبانی مرکز پزشکی ملی این کشور تأکید کرد، طبق چندین مطالعه انجام شده در کره جنوبی و چند کشور دیگر، سیگاری ها بیشتر از افراد غیرسیگاری اقدام به خودکشی می کنند و هر چه میزان بیشتری سیگار بکشند این میل در آنها تشدید می شود.

به گزارش روزنامه کره هرالده، برای پیدا کردن رابطه بین سیگار کشیدن و گرایش به خودکشی گروه متخصصان دانشگاه هاروارد مطالعه ای را روی ۳۰۰ هزار سرباز آمریکایی از سال ۱۹۸۷ تا ۱۹۹۶ انجام دادند.

آنها دریافتند سیگاری های که در روز بیش از یک پاکت سیگار می کشند ۳/۶ برابر بیشتر از غیر سیگاری ها خودکشی می کنند.

کارشناسان خاطر نشان کردند، اعتیاد به نیکوتین به تنهایی یک فاکتور استرس زای جدی و مهم است.

www.isna.ir

دود شدن روزانه ۳۳ میلیون نخ سیگار در مالزی

مالزیایی ها روزانه ۳۳ میلیون نخ سیگار دود و بیش از ۲ میلیون دلار برای خرید آن هزینه می کنند.

گزارش پایگاه اطلاع رسانی پلیس به نقل از روزنامه «استار» حاکی است، مالزیایی ها روزانه ۳۳ میلیون نخ سیگار دود و بیش از ۲ میلیون دلار برای خرید

انجمن «سارزه با قاچاق دخانیات جهت ایجاد بهداشت بیهینه» در منطقه شمال انگلستان طی پژوهش مستقلی بر روی قاچاق دخانیات شمال شرق دریافته است که نگرش و الگوی خرید مردم در شمال شرق انگلستان بر اساس دخانیات قاچاق بوده است. آمار و ارقام این مطالعه نشان می دهد که این رقم بیش از حد متوسط مصرف دخانیات است هر چند که HMRC نشان می دهد که بازار قاچاق از اواخر دهه ۱۹۹۰ به نصف رسیده است. همچنین ۹٪ سیگارها در ۲۰۱۱-۲۰۱۰ قاچاق بوده و قابل مقایسه با سال ۲۰۰۰-۱ می باشد که معادل ۲۱٪ بوده است.

کاهش چشمگیری در میزان خرید سیگار قاچاق به ویژه در افراد بین ۱۶ تا ۳۴ سال دیده می شود و افراد سیگاری که سیگار قاچاق می خریدند به میزان کمتر می خرند. نتایج بدست آمده دیگر از این مطالعه عبارتند از:

- بازار دخانیات قاچاق در حال حاضر ۹٪ از کل بازار دخانیات شمال شرق را تشکیل می دهد، در حالی که در سال ۲۰۱۱ این رقم ۱۳٪ و در سال ۲۰۰۹ برابر با ۱۵٪ بود.

- در حال حاضر فقط یک ششم افراد سیگاری (۱۷٪) سیگار قاچاق می خرند. حال آنکه در سال ۲۰۱۱ یک پنجم (۲۰٪) و در سال ۲۰۰۹ یک چهارم (۲۴٪) افراد سیگاری چنین اقدامی می کردند.

- کل محصولات دخانی قاچاق خریداری شده از ۴۱٪ در سال ۲۰۰۹ به ۲۷٪ در سال ۲۰۱۱ کاهش یافت که معادل ۱۹۲ میلیون نخ سیگار کمتر در سال است.

برای اطلاعات بیشتر به سایت های زیر مراجعه نمایید.
www.illicitbaccanorth.org.uk
www.freshne.com



آن هزینه می‌کنند. وزارت بهداشت مالزی با اعلام این خبر افزود: نوجوانان مالزیایی ۱۳ تا ۱۷ سال، بیشترین مصرف‌کنندگان سیگار در سال ۲۰۰۶ بودند.

در گزارش وزارت بهداشت مالزی همچنین آمده است بیش از دو میلیون نفر از بزرگسالان این کشور سیگاری هستند. در این گزارش به کل سیگاری‌های این کشور اشاره‌ای نشده است.

طبق بررسی در یک جامعه آماری ۴۷۰ هزار نفری در مالزی مشخص شده است که حدود ۴۲۳ هزار نفر از افراد سیگاری را مردان و ۴۷ هزار نفر را زنان تشکیل می‌دهند. مالزی حدود ۲۷ میلیون نفر جمعیت دارد.

<http://news.police.ir/NCMS/fullstory/?id=8428>

دود سیگار واکنش طبیعی سرفه در کودکان را تضعیف می‌کند

قرار گرفتن کودکان در معرض دود سیگار واکنش طبیعی سرفه که واکنشی به حضور ذرات خارجی است را تضعیف می‌کند. تضعیف این واکنش ضریب خطر ابتلا به بیماری‌های ریوی و امکان سیگاری شدن را افزایش می‌دهد.

دود سیگار نه تنها به دلیل مواد مضر موجود در آن برای کودکان خطرناک است بلکه پیامدهای دیگری نیز دارد. نتیجه تحقیق تازه پژوهشگران «مرکز شیمی حواس مونل» در فیلادلفیا در آمریکا نشان می‌دهد که قرار گرفتن کودکان در معرض دود سیگار واکنش طبیعی دستگاه تنفس آنها را مختل می‌کند.

با دود سیگار سرفه طبیعی تا جایی کاهش می‌یابد که دستگاه تنفس پس از مدتی به حضور هرگونه ذره خارجی عادت می‌کند. نتیجه تحقیق تازه پژوهشگران «مرکز شیمی حواس مونل» در مجله تخصصی «تحقیقات درباره توتون، تنباکو و نیکوتین» به چاپ رسیده است.

ژولی منلا، یکی از پژوهشگران این تیم تصریح می‌کند که سرفه یک واکنش طبیعی برای حفاظت از ریه‌ها در

برابر ذرات خارجی مانند گرد و غبار یا ذرات شیمیایی است. او در ادامه توضیح می‌دهد: «قرار گرفتن در معرض دود سیگار این واکنش را که برای ادامه حیات ضروری است تضعیف می‌کند.»

در تحقیق پژوهشگران «مرکز شیمی حواس مونل» در فیلادلفیا ۳۸ کودک و نوجوان در فاصله سنی ۱۰ تا ۱۷ سال شرکت کردند.

از این میان ۱۷ نفر به طور مرتب در معرض دود سیگار قرار داشتند. در مقابل ۲۱ کودک و نوجوان دیگر هیچ تماس مستقیم و مستمری با دود سمی سیگار نداشتند.

به گزارش دویچه‌وله، تمام کودکان و نوجوانان شرکت‌کننده در این تحقیق، در مراحل مختلف «کپسایسین» استنشاق کردند. کپسایسین ماده‌ای است که به طور طبیعی موجب بروز سرفه می‌شود. میزان این ماده در هر مرحله از تحقیق افزایش یافت. نتیجه: تمامی کودکان و نوجوانانی که پیوسته در معرض دود سیگار قرار داشتند می‌توانستند پیش از آن که به سرفه بیفتند، دوباره گروه دوم کپسایسین استنشاق کنند. این نتیجه نشان می‌دهد که راه‌های تنفسی این کودکان و نوجوانان حساسیت کمتری به ذرات مضر محیط خارج از بدن دارد و دیرتر واکنش نشان می‌دهد.

این که واکنش طبیعی سرفه در بزرگسالان سیگاری ضعیف‌تر از افراد غیرسیگاری است از مدت‌ها پیش به اثبات رسیده بود.

تحقیق تازه پژوهشگران مرکز شیمی حواس مونل به روشنی نشان می‌دهد که دلیل این ضعف چیست. پاول ویس، یکی دیگر از پژوهشگران مرکز شیمی حواس مونل می‌گوید: «مسیرهای تنفسی این کودکان و نوجوانان نیز تحریک می‌شود، هرچند که آنها به سرفه نمی‌افتند.» از آنجا که این تحریک درک نمی‌شود، بدن کودک یا نوجوان عکس‌العملی برای حفاظت از خود در برابر ذرات مضر نشان نمی‌دهد. بر این اساس در درازمدت هرگونه ذره آلاینده‌ای به راحتی وارد مجرای تنفسی می‌شود.



این نتیجه توضیح‌دهنده آن است که چرا کودکانی که در معرض دود سیگار قرار دارند بیشتر از سایر کودکان دچار التهاب ریه، برونشیت و سایر بیماری‌های دستگاه تنفسی می‌شوند.

از آن گذشته، کاهش حساسیت در برابر ذرات خارجی احتمال سیگاری شدن این کودکان و نوجوانان را در آینده افزایش می‌دهد. این پژوهشگران تصمیم دارند در تحقیق بعدی خود شدت واکنش طبیعی سرفه را در صورت حذف دود سیگار بررسی کنند.

<http://hamshahrionline.ir/details/182150>

چاقی مفرط و سیگار دو عامل مهم در بروز سرطان کلیه

دانشمندان می‌گویند چاقی مفرط خطر ابتلا به سرطان کلیه را به میزان ۷۰ درصد و کشیدن سیگار به میزان ۵۰ درصد افزایش می‌دهد. به گزارش دبلیو اکسپرس، مرکز تحقیقات سرطان انگلیس آماری را منتشر کرده است که نشان می‌دهد در سال ۲۰۰۹ بیش از ۹ هزار مورد سرطان کلیه شناسایی شد درحالی که این رقم در سال ۱۹۷۵ کمتر از ۲۳۰۰ مورد بود.

مرکز تحقیقات سرطان انگلیس می‌گوید تعداد کمی از مردم متوجه خطر سرطان در اثر چاقی هستند. سرطان کلیه اکنون هشتمین سرطان شایع در انگلیس است. وجود خون در ادرار می‌تواند از نشانه‌های اولیه این سرطان باشد. اما سرطان کلیه اگر زود شناسایی شود با عمل جراحی قابل درمان است.

کارشناسان می‌گویند اضافه وزن، علاوه بر سرطان کلیه خطر سرطان سینه، روده و رحم را افزایش می‌دهد زیرا باعث افزایش تولید بعضی از هورمون‌های خاص در بدن می‌شود. میزان مصرف سیگار در انگلیس در ۳۵ سال گذشته افت کرده است اما آمار چاقی یا چاقی مفرط در حال افزایش است؛ به طوری که شاخص وزن بدن ۷۰ درصد مردان و ۶۰ درصد زنان در این کشور ۲۵ یا بیشتر است. به گفته پزشکان شاخص وزن

بدن باید بین ۱۸ تا ۲۵ باشد. با این حال از اوایل دهه ۱۹۷۰ تا سال‌های ۲۰۰۵-۲۰۰۹ میزان بقای پنج ساله پس از ابتلا به سرطان کلیه به اندازه ۸۵ درصد افزایش یافته است. پروفسور «هیم آیسن» از مرکز تحقیقات سرطان انگلیس که در دانشگاه کمبریج کار می‌کند گفت: در ۱۰ سال اخیر، مرکز تحقیقات سرطان انگلیس به ساخت داروهای تازه‌ای که مانع رسیدن خون به سلول‌های سرطانی در کلیه می‌شوند، اقدام کرده است. این داروها به کنترل بیماری در بیشتر بیماران کمک می‌کند اما آن را درمان نمی‌کند.

به گفته وی بهترین راه جلوگیری از بروز بیماری در درجه اول است. حفظ یک وزن سالم و نکشیدن سیگار بهترین راه این کار است. «سارا هیوم» مدیر اطلاعات در مرکز تحقیقات سرطان انگلیس گفت: درحالی که ترک سیگار بهترین راه کاهش خطر ابتلا به سرطان کلیه است اهمیت حفظ وزن مناسب را نباید نادیده گرفت.

<http://www.irna.ir/News/80057971>

کاهش فروش برندهای خارجی در کره جنوبی

بدلیل افزایش قیمت‌ها و رکود اقتصادی، فروش سیگار در کره جنوبی در سال گذشته کاهش یافت و برندهای خارجی بیشترین افت فروش را نشان می‌دهند. به گزارش آی تی سی نیوز، در سال ۲۰۱۲ برندهای شرکت BAT با حدود ۱۷ درصد افت فروش و برندهای شرکت فلیپ موریس با ۱۱ درصد افت فروش مواجه شده‌اند. این در حالی است که فروش تولیدات داخلی کره جنوبی حدود ۲/۶ درصد افزایش یافته است.

تحلیل‌گران علت کاهش فروش سیگارهای خارجی را افزایش قیمت این برندها می‌دانند، مثلاً شرکت BAT قیمت سیگار Dunhill را ۸ درصد افزایش داده بود و فلیپ موریس نیز بر قیمت برندهایش افزوده بود که در شرایط موجود اقتصادی باعث کاهش خرید مردم شده است.

<http://tobacco.blogfa.com/post-973.aspx>



بعد از ترک سیگار چه اتفاقاتی در بدن می افتد؟

مزایای طولانی مدت ترک سیگار فوق العاده است. بنابر گفته انجمن قلب آمریکا طول عمر غیرسیگاری‌ها به طور متوسط ۱۴ سال بیشتر از سیگاری‌ها است. بعد از ترک سیگار در بدن شما چه اتفاقاتی رخ می دهد؟

۲۰ دقیقه بعد از ترک سیگار

اثرات ترک از همان دقیق اولیه نمود عینی پیدا می کنند. کمتر از ۲۰ دقیقه بعد از کشیدن آخرین سیگار تان ضربان قلب شما کم کم به سطح اولیه باز می گردد.

۲ ساعت بعد از ترک سیگار

بعد از ۲ ساعت فشارخون و ضربان قلب شما تا سطح نرمال خود پایین می آید. ممکن است کم کم نبود نیکوتین را احساس کنید.

۱۲ ساعت بعد از ترک سیگار

فقط طی ۱۲ ساعت بعد از ترک سیگار منوکسیدکربن در بدن شما تا حد نرمال پایین می آید و اکسیژن موجود در خونتان تا سطح نرمال بالا می رود.

۲۴ ساعت بعد از ترک سیگار

حمله قلبی در سیگاری‌ها ۷۰ درصد بیشتر از غیرسیگاری‌هاست. باور کنید یا نه فقط یک روز کامل بعد از ترک سیگار ریسک حمله قلبی شروع به کم شدن می کند.

۴۸ ساعت بعد از ترک سیگار

در این زمان نیکوتین بدن شما تمام شده است و حس چشایی و بویایی شما به سطح معمول باز می گردد.

۲ تا ۳ هفته بعد از ترک سیگار

شما متوجه می شوید که می توانید بدون احساس ضعف و خستگی به فعالیت بدنی و ورزشی پردازید. این زمانی است که بیشتر افراد نشانه‌های ترک نیکوتین را پشت سر گذاشته‌اند.

۱ تا ۹ ماه بعد از ترک سیگار

تقریباً بعد از یک ماه، ریه‌های شما شروع به بازسازی

خود می کنند. مزک‌ها نیز خودشان را احیا می کنند و عملکردشان را بهبود می بخشند.

۱ سال بعد از ترک سیگار

بعد از یک سال خطر بیماری‌های قلبی نسبت به زمانی که سیگار می کشیدید تا ۵۰ درصد کاهش می یابد.

۵ سال بعد از ترک سیگار

۵ تا ۱۵ سال بعد از ترک سیگار خطر سکته برای شما مانند کسی است که تا به حال سیگار نکشیده است.

۱۰ سال بعد از ترک سیگار

اگر ۱۰ سال از ترک شما می گذرد ریسک فوت ناشی از سرطان ریه در شما ۵۰ درصد کمتر از سیگاری‌هاست. خطر ابتلا به سرطان دهان، گلو، مری، مثانه، کلیه، و لوزالمعده نیز در شما کاهش می یابد.

مزایای طولانی مدت ترک سیگار

مزایای طولانی مدت ترک سیگار فوق العاده است. بنابر گفته انجمن قلب آمریکا طول عمر غیرسیگاری‌ها به طور متوسط ۱۴ سال بیشتر از سیگاری‌ها است.

<http://www.bartarinha.ir/fa/news/51125>



قانون جامع کنترل دخانیات

ماده ۳- هر نوع تبلیغ، حمایت، تشویق مستقیم و غیرمستقیم و یا تحریک افراد به استعمال دخانیات اکیداً ممنوع است.

ماده ۴- سیاستگذاری، نظارت و مجوز واردات انواع مواد دخانی صرفاً توسط دولت انجام می‌گیرد.

ماده ۵- پیامهای سلامتی و زیادهای دخانیات باید مصور و حداقل پنجاه درصد (۵۰٪) سطح هر طرف پاکت سیگار (تولیدی-وارداتی) را پوشش دهد.

تبصره- استفاده از تعابیر گمراه‌کننده مانند ملایم، لایت، سبک و مانند آن ممنوع گردد.

ماده ۶- کلیه فرآورده‌های دخانی باید در بسته‌هایی با شماره سریال و برچسب ویژه شرکت دخانیات عرضه شوند. درج عبارت ((مخصوص فروش در ایران)) بر روی کلیه بسته‌بندی‌های فرآورده‌های دخانی وارداتی الزامی است.

ماده ۷- پروانه فروش فرآورده‌های دخانی توسط وزارت بازرگانی و براساس دستورالعمل مصوب ستاد صادر می‌شود.

تبصره- توزیع فرآورده‌های دخانی از سوی اشخاص فاقد پروانه فروش ممنوع است.

ماده ۸- هر سال از طریق افزایش مالیات، قیمت فرآورده‌های دخانی به میزان (۱۰٪) افزایش می‌یابد.

تا دو درصد (۲٪) از سرجمع مالیات مأخوذه از فرآورده‌های دخانی به حساب خزانه‌داری کل واریز و پس از طی مراحل قانونی در قالب بودجه‌های سنواتی در اختیار نهادها و تشکلهای مردمی مرتبط به منظور تقویت و حمایت این نهادها جهت توسعه برنامه‌های آموزشی تحقیقاتی و فرهنگی در زمینه پیشگیری و مبارزه با استعمال دخانیات قرار می‌گیرد.

ماده ۹- وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی موظف است فعالیت‌های پیشگیرانه، درمان و توانبخشی افراد مبتلا به مصرف فرآورده‌های دخانی و خدمات مشاوره‌ای ترک دخانیات را در خدمات اولیه بهداشتی ادغام و زمینه‌های گسترش و حمایت از مراکز مشاوره‌ای و درمانی غیردولتی ترک مصرف مواد دخانی را فراهم نماید.

ماده ۱- به منظور برنامه‌ریزی برای مبارزه با مصرف مواد دخانی و حفظ سلامت عمومی، ستاد کشوری کنترل و مبارزه با دخانیات که در این قانون به اختصار ستاد نامیده می‌شود یا ترکیب زیر تشکیل می‌شود:

- وزیر بهداشت درمان و آموزش پزشکی به عنوان رئیس ستاد.

- وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی.

- وزیر آموزش و پرورش.

- وزیر بازرگانی.

- فرمانده نیروی انتظامی.

- دو نفر از کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی به عنوان ناظر.

- رئیس سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران به عنوان ناظر.

- نماینده یکی از سازمانهای غیردولتی مرتبط با دخانیات به انتخاب وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی.

تبصره ۱- دبیرخانه ستاد در وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی مستقر خواهد بود.

تبصره ۲- گزارش عملکرد شش ماهه ستاد به هیئت وزیران و کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی ارائه می‌شود.

تبصره ۳- نمایندگان دستگاههای دولتی مرتبط با موضوع مورد بحث به تشخیص دبیر ستاد بدون حق رأی برای شرکت در جلسات دعوت می‌شوند.

ماده ۲- وظایف ستاد به شرح زیر است:

الف- تدوین دستورالعمل اجرایی مربوط به تعاریف، شمول و ویژگی‌های تبلیغات.

ب- تدوین و تصویب برنامه‌های آموزش و تحقیقات با همکاری دستگاههای مرتبط.

ج- تعیین نوع پیامها، هشدارها، تصاویر و طرحهای مرتبط با آثار سوء اجتماعی، اقتصادی، بهداشتی و سلامتی دخانیات و دوره‌های زمانی آن، موضوع ماده (۵) این قانون.

مصوبات این ستاد پس از تأیید رئیس جمهور قابل اجرا است.



ماده ۱۰- انجام هرگونه تبلیغات مغایر با این قانون و آیین‌نامه اجرایی آن، جرم و مستوجب مجازات از پانصد هزار (۵۰۰/۰۰۰) ریال تا یکصد هزار (۱۰۰/۰۰۰) ریال است. تبصره ۲- هیئت دولت می‌تواند حداقل و حداکثر جزای نقدی مقرر در این قانون را هر سه سال یک بار بر اساس نرخ رسمی تورم تعدیل کند.

ماده ۱۴- عرضه، فروش، حمل و نگهداری فرآورده‌های دخانی قاچاق توسط اشخاص حقیقی یا حقوقی ممنوع و مشمول مقررات راجع به قاچاق کالا است.

ماده ۱۵- ثبت هرگونه علامت تجاری و نام خاص فرآورده‌های دخانی برای محصولات غیردخانی و بالعکس ممنوع است.

ماده ۱۶- فروشندگان مکلفند فرآورده‌های دخانی را در بسته‌های مذکور در ماده (۶) عرضه نمایند، عرضه و فروش بسته‌های باز شده فرآورده‌های دخانی ممنوع است. متخلفین به جزای نقدی از پنجاه هزار (۵۰/۰۰۰) ریال تا نویست هزار (۲۰۰/۰۰۰) ریال محکوم می‌شوند.

ماده ۱۷- بار مالی ناشی از اجرای این قانون با استفاده از امکانات موجود و کسری آن در سال ۱۳۸۵ از محل صرفه‌جویی‌ها و در سالهای بعد از محل درآمدهای حاصل از ماده (۸) همین قانون و سایر درآمدها در ماده (۹) هزینه گردد.

ماده ۱۸- آیین‌نامه اجرایی این قانون ظرف سه ماه بوسیله وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی و با همکاری شرکت دخانیات ایران تدوین و به تصویب هیئت وزیران می‌رسد.

ماده ۱۹- احکام جزایی و تنبیهات مقرر در این قانون شش ماه پس از تصویب به اجرا گذاشته می‌شود.

ماده ۲۰- درآمدهای سالیانه ناشی از تولید و ورود سیگار و مواد دخانی که حاصل تخریب سلامت است به اطلاع کمیسیون تخصصی مجلس شورای اسلامی برسد.

قانون فوق مشتمل بر بیست ماده و هفت تبصره در جلسه علنی روز چهارشنبه مورخ پانزدهم شهریورماه یکهزار و سیصد و هشتاد و پنج مجلس شورای اسلامی تصویب و در تاریخ ۱۳۸۵/۷/۵ به تأیید شورای محترم نگهبان رسید.

ماده ۱۱- فروش و عرضه دخانیات به استثنای اماکن موضوع ماده (۷) این قانون، عرضه محصولات بدون شماره سریال و علامت مصوب، تکرار عدم پرداخت مالیات مستوجب مجازات از پانصد هزار (۵۰۰/۰۰۰) ریال تا سی میلیون (۳۰/۰۰۰/۰۰۰) ریال جزای نقدی است و میزان مجازات‌های یاد شده براساس نرخ تورم (هر سه سال یکبار) با اعلام بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران و تأیید هیئت وزیران قابل افزایش است.

ماده ۱۲- فروش یا عرضه به افراد زیر هجده سال یا بواسطه این افراد، علاوه بر ضبط فرآورده‌های دخانی کشف شده نزد متخلف، وی به جزای نقدی از یکصد هزار (۱۰۰/۰۰۰) ریال تا پانصد هزار (۵۰۰/۰۰۰) ریال محکوم می‌شود، تکرار یا تعدد تخلفه مستوجب جزای ده میلیون (۱۰/۰۰۰/۰۰۰) ریال مجازات است.

ماده ۱۳- استعمال دخانیات در نهادهای موضوع ماده (۱۸) قانون رسیدگی به تخلفات اداری ممنوع و مرتکب به شرح زیر مجازات می‌شود:

الف- چنانچه مرتکب از کارکنان نهادهای مذکور باشد، به حکم هیئت رسیدگی به تخلفات اداری به یکی از تنبیهات مقرر در بندهای (الف) و (ب) ماده (۹) قانون رسیدگی به تخلفات اداری و در صورت تکرار در مرتبه سوم به تنبیه مقرر در بند (ج) ماده مذکور محکوم می‌شود.

ب- سایر مرتکبین به جزای نقدی از هفتاد هزار (۷۰/۰۰۰) ریال تا یکصد هزار (۱۰۰،۰۰۰) ریال محکوم می‌شوند.

تبصره ۱- مصرف دخانیات در اماکن عمومی یا وسایل



فراخوان ارسال مقاله

فراخوان ارسال مقالات علمی - پژوهشی

نوع قلم فارسی فونت Nazanin با سایز فونت ۱۳ و برای قلم انگلیسی فونت Time new roman سایز فونت ۱۱ باشد. اصول نگارش زبان فارسی به طور کامل رعایت شده و از به کار بردن اصطلاحات انگلیسی که معادل فارسی آنها در فرهنگستان زبان فارسی تعریف شده‌اند، حتی الامکان پرهیز گردد.

صفحه اول مقاله موارد زیر را شامل گردد:

• عنوان مقاله به فارسی، در سطر بعد نام و نام خانوادگی نویسندگان به ترتیب نویسنده اصلی، نویسنده دوم و بقیه

• مرتبه علمی و سازمان متبوع آنها در پاورقی اولین صفحه درج گردد.

• نشانی (آدرس پستی و کدپستی)، تلفن، دورنگار، و پست الکترونیک نویسنده مسئول مکاتبات مقاله و تاریخ ارسال مقاله در پا نویس صفحه اول مشخص شود.

• چکیده فارسی در حداکثر ۲۰۰ کلمه به همراه کلیدواژه‌ها

• چکیده انگلیسی و کلیدواژه‌های انگلیسی در صفحه مجزا

ساختار متن اصلی مقاله:

مقدمه، پیشینه پژوهش، روش پژوهش، نتیجه گیری، بحث و تجزیه و تحلیل یافته‌ها

نحوه ارسال:

مقالات علمی پژوهشی خود را می‌توانید از طریق پست به آدرس: خیابان شهید باهنر (نیاوران)، دارآباد بیمارستان مسیح دانشوری، دفتر مجله علمی کنترل دخانیات کد پستی: ۱۹۵۵۸۴۱۴۵۲ ارسال نموده و یا فایل الکترونیک آن را به آدرس زیر ایمیل نمایید:

tobaccocontroljournal@yahoo.com

بدینوسیله به اطلاع کلیه اساتید و صاحب نظران علاقمند و در عرصه پژوهش می‌رساند: فصلنامه علمی کنترل دخانیات در راستای اعتلا و ارتقای دانش پزشکی آماده جذب مقالات علمی - پژوهشی در یکی از زمینه های مرتبط با کنترل دخانیات می باشد. لذا از علاقمندان دعوت به عمل می آید با رعایت کامل شرایط و ضوابط مندرج در راهنمای نگارش مقالات در این فصلنامه مقاله خود را به دبیرخانه فصلنامه ارسال نمایند.

شرایط پذیرش مقاله:

مقاله‌های ارسالی لازم است واجد شرایط زیر باشند: مقاله باید نتیجه پژوهش های نویسنده یا نویسندگان باشد.

با حوزه فعالیت ماهنامه تناسب داشته باشند ویژگیهای مقاله پژوهشی را دارا باشند.

دارای فهرست منابع و مأخذ مستند و اطلاعات کتابشناختی معتبر باشند.

قبلا در نشریه‌های داخلی و خارجی یا مجموعه مقالات سمینارها و مجامع علمی چاپ نشده یا بطور همزمان برای انتشار به جایی دیگر واگذار نشده باشند.

محورهای موضوعی فصلنامه:

• موانع اجرای قانون جامع کنترل دخانیات

• روش‌های هزینه اثربخش در درمان ترک سیگار

• راه‌کارهای پیشگیری از شروع مصرف دخانیات

• اپیدمیولوژی مواد دخانی

• روش‌های ترک مواد دخانی

• اثرات اقتصادی اجتماعی سیاسی مواد دخانی

• کاهش عوارض مصرف دخانیات

• علل گرایش به سیگار

نحوه نگارش مقاله:

مقاله حداکثر در ۲۰ صفحه A4 با فاصله خطوط Single و حاشیه‌های ۳ سانتی‌متر از هر طرفدر نرم افزار Word تایپ شود.



فرم اشتراک ماهنامه

همراهان عزیز ماهنامه علمی کنترل دخانیات

احتراماً بدینوسیله به اطلاع خوانندگان ماهنامه، سازمان‌ها، ادارات و ارگان‌ها می‌رساند، این نشریه در نظر دارد برای عزیزانی که مایل به دریافت نسخه الکترونیک مجله به صورت ماهانه هستند و همچنین تمایل به دریافت نسخه‌های پیشین این ماهنامه را دارند شرایط لازم را فراهم آورد.

بدین منظور می‌توانید جهت اطلاعات بیشتر در خصوص دریافت نسخه الکترونیک و یا ثبت نام برای اشتراک الکترونیکی ماهنامه علمی کنترل دخانیات با سرکار خانم پریزاد سینایی مدیر اجرایی مجله به شماره تلفن ۰۶۲۶۱۲۲۰ تماس حاصل فرمایید.

همچنین می‌توانید اطلاعات موجود در فرم زیر را تکمیل نموده و به آدرس پست الکترونیک مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات واقع در نیاوران، دارآباد، بیمارستان دکتر مسیح دانشوری، ارسال نمایید:

tobaccocontroljournal@sbmua.ac.ir

خواهشمند است در صورت تغییر آدرس پست الکترونیک، مرکز را مطلع فرمایید.

پر کردن موارد ستاره دار الزامی می‌باشد.

..... نام ارگان: آقا / خانم: (*)	
..... شغل: میزان تحصیلات: سن:
..... نحوه آشنایی با ماهنامه:		
..... آدرس پستی:		
..... آدرس پست الکترونیک: (*)		



همکار و خواننده گرامی، از آنجا که ماهنامه کنترل دختانیات، همواره بهترین بودن را آرمان خود قرار داده است و دستیابی به این هدف، در گرو ارتباط متقابل با شما مخاطبان عزیز است، لذا خواهشمند است فرم نظرسنجی را با دقت پر کنید و به مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دختانیات ارسال نمایید.

فرم نظرسنجی را به آدرس: تهران - نیاوران - دارآباد - بیمارستان دکتر مسیح دانشوری - مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دختانیات پست نمائید یا به شماره ۳۶۱۰۹۵۰۸ فکس کنید و یا به صورت آنلاین از طریق آدرس: www.iperc.ac.ir ارسال نمائید.

۱- محتوای هر شماره مجله را چگونه مطالعه می کنید؟

الف- تمام محتوا را مطالعه می کنم ب- بر حسب نیاز به آن مراجعه می کنم

ج- بطور اتفاقی آن را مطالعه می کنم د- به هیچ وجه از آن استفاده نمی کنم

۲- در چه مواردی از این مجله استفاده کرده اید؟

الف- پژوهشی علمی ب- پژوهشی موردی ج- مطالعه عمومی د- مطالعه تخصصی

۳- تعداد مقالات علمی را چگونه ارزیابی می کنید؟

الف- خیلی زیاد ب- زیاد ج- کافی د- کم ه- خیلی کم

۴- تنوع عناوین و مطالب نشریه چگونه است؟

الف- عالی ب- خوب ج- مناسب د- کم ه- بسیار کم

۵- سطح مطالب مجله از نظر شما چگونه است؟

الف- بسیار تخصصی ب- تخصصی ج- معمولی د- غیر علمی ه- بسیار پایین

۶- سطح مقالات مجله از نظر شما چگونه است؟

الف- بسیار تخصصی ب- تخصصی ج- معمولی د- غیر علمی ه- بسیار پایین

۷- ظاهر نرم افزار مجله چگونه است؟

الف- بسیار مناسب ب- مناسب ج- معمولی د- نامناسب ه- بسیار نامناسب

۸- تعداد صفحات نشریه چگونه است؟

الف- بسیار مناسب ب- مناسب ج- معمولی د- نامناسب ه- بسیار نامناسب

۹- طرح جلد نشریه چگونه است؟

الف- بسیار مناسب ب- مناسب ج- معمولی د- نامناسب ه- بسیار نامناسب

۱۰- شیوه توزیع مجله چگونه است؟

الف- بسیار مناسب ب- مناسب ج- معمولی د- نامناسب ه- بسیار نامناسب

۱۱- فاصله زمانی انتشار مجله (یکبار در ماه) چگونه است؟

الف- زیاد ب- مناسب ج- کم

۱۲- در صورت امکان بخشهای مختلف مجله را از بهترین (۱) تا بدترین (۷) امتیازبندی کنید.

الف- سخن روز ب- فعالیتهای مرکز ج- اخبار داخلی د- اخبار بین الملل

ه- مقالات برگزیده و- زیر ذره بین ز- صفحه آخر

۱۳- به نظر شما چه عناوین / مطالب / و یا بخشی باید به نشریه اضافه شود؟

پیشنهادها و انتقادها:





با مصرف سیگار، زندگی کودکانمان را تباه نکنیم ...

تلفن گویای مشاوره ترک سیگار ۲۷۱۲۲۰۵۰

تلفن مشاوره با پزشک ترک سیگار ۲۶۱۰۹۵۰۸



اخبار و اطلاعات بیشتر در مورد فعالیت‌های مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات و دریافت نسخه الکترونیکی ماهنامه با مراجعه به سایت:



<http://www.tpcrc.ac.ir>



مراکزی که می‌توانند شما را درباره دخانیات راهنمایی کنند

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سل و بیماری‌های ریوی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
نیاوران - دارآباد - بیمارستان دکتر مسیح دانشوری تلفن: ۲۶۱۰۹۹۹۱ و فکس: ۲۶۱۰۹۴۸۴

کلینیک‌های ترک سیگار

میدان شهدا - خیابان پیروزی - نبش شیخ الرئیس - پلاک ۲ - تلفن: ۳۳۷۹۶۳۰۲
کلینیک بیمارستان مسیح دانشوری - تلفن: ۲۷۱۲۲۰۷۰ - ۲۷۱۲۲۲۲۳
کلینیک تنفس: میدان ونک اول خیابان ملاصدرا - خیابان شاد - شماره ۵ طبقه سوم - تلفن: ۸۸۸۸۳۰۹۷

جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات ایران

خیابان ولی عصر - خیابان فتحی شقاقی - کوچه شهید فراهانی پور - شماره ۴
ساختمان جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات ایران
تلفن: ۸۸۱۰۵۲۱۶ - ۸۸۱۰۵۲۱۷

برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید به سایت‌های زیر مراجعه کنید

www.treatobacco.net www.fctc.org www.surgeonal.gov/tobacco/default.htm
www.tobaccopedia.org www.tobaccocontrol.com www.globalink.org
www.who.int www.quit.org.au www.ashaust.org.au