

کنترل دخانیات



ماهنامه اطلاع رسانی، پژوهشی و آموزشی کنترل دخانیات
سال هفتم شماره ۱۰ تیر ماه ۱۳۹۵ (شماره پیاپی ۸۲) - تیراژ ۱۰۰۰ نسخه - بهاء ۳۰۰۰۰ ریال

سیگار عامل حداقل ۱۴ سرطان مختلف در بدن انسان است که مهم ترین آنها عبارتند از: سرطان ریه، سرطان پوست، سرطان لوزالمعده، سرطان مثانه، سرطان خون، سرطان پستان، سرطان حنجره، سرطان کبد و سرطان روده بزرگ.





شاید در جنگ کشته نشود ولی.....

کنترل دخانیات

ماهنامه اطلاع رسانی، پژوهشی و آموزشی شماره سال ششم شماره ۱۰ تیر ماه ۱۳۹۵ (شماره پیاپی ۸۲)
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

هیأت 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 سینیایی

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.sbmu.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
- آبی‌ها در کمپین «قلیان‌ها را گلدان کنیم»
کمپین قلیان را گلدان کنیم
- ۱۱..... ما توانستیم، شما هم میتوانید.....
- ۱۳..... فعالیتهای مرکز.....
- شرکت در همایش جهانی روز بدون دخانیات
برگزاری کارگاه آموزشی ادغام ترک دخانیات در درمان سوء مصرف مواد مخدر
سنجش میزان مونوکسیدکربن بازدمی در افراد مصرف‌کننده دخانیات
- ۱۹..... چهره‌های معروفی که سیگار را ترک کرده‌اند.....
- ۲۱..... اخبار کشوری.....
- خداحافظی برخوردار از شرکت دخانیات
پاتوق‌های جوانان با قلیان‌های ۱۸۰ هزار تومانی
سیگار کشیدن موجب تنگی عروق پا می‌شود
موافقت کمیسیون تلفیق مجلس با گران شدن سیگار
- ۲۳..... اخبار بین‌المللی.....
- ممنوعیت سیگارهای نعنایی در کانادا:
بریتانیا قانون عرضه سیگار به صورت بسته‌های ساده را اجرا می‌کند
شرکت‌های دخانیات هند تسلیم مقررات دولتی می‌شوند
سیگار کشیدن در دوران بارداری بر DNA نوزاد تاثیر می‌گذارد
- ۲۵..... نشستی با صاحب‌نظران.....
- دکتر محمد ثاببی
- ۲۷..... قانون جامع کنترل دخانیات.....
- ۲۹..... فراخوان ارسال مقاله.....
- ۳۱..... 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 ۶ 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 بر آنیم 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



همزمان با فرا رسیدن هفته بدون دخانیات، مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات پژوهشگاه دکتر مسیح دانشوری با همکاری سازمان بهزیستی کشور اقدام به برگزاری کارگاه آموزشی ادغام ترک دخانیات در درمان سوء مصرف مواد مخدر در تاریخ پنجم و ششم فروردین ماه نمود. این برنامه آموزشی، مبتنی بر شواهد و دستاوردهای متعدد علمی و تحقیقاتی است که ثابت می‌کند مصرف دخانیات دروازه ورود به اعتیاد به مواد مخدر است و درمان هم‌زمان آن با درمان سوء مصرف مواد نتایج بهتری برای مردم دارد. چند استان کشور (آذربایجان شرقی، اصفهان، تهران، خراسان رضوی، فارس و مازندران) به عنوان مراکز هدف در نظر گرفته شده‌اند که در روز ۹۵/۳/۱۵ با حضور پزشکان شاغل در مراکز سرپایی درمان اعتیاد و در روز ۹۵/۳/۱۶ با حضور مدیران شاغل در مراکز اقامتی میان مدت در محل سالن کاخ مقبری پژوهشگاه دکتر مسیح دانشوری برگزار گردید. شایان ذکر است هدف کارگاه برای هر دو روز و هر دو گروه یکسان بود. در ابتدا، با مقدمه و آشنایی با موضوع ادغام ترک دخانیات در درمان سوء مصرف مواد، شروع و در ادامه کلیات دخانیات و سلامت و همچنین فواید کوتاه مدت و درازمدت ترک دخانیات و همچنین نحوه برخورد با فرد سیگاری که شامل مراحل ارزیابی ضروری و مراحل آمادگی و ارزیابی آمادگی، ارائه گردید. در ادامه اعتیاد همزمان به نیکوتین و مواد مخدر، کلیات اعتیاد، اعتبار به نیکوتین و همچنین درمان‌های غیر دارویی، مراحل آمادگی، مصاحبه انگیزشی و درمان‌های رفتاری شناختی، درمان‌های دارویی، داروهای NRT، داروهای non-NRT و داروهای جدید ارائه گردید. در پایان جلسه بحث گروهی و ارائه پرسشنامه و دستورالعمل اجرایی برنامه و همچنین پرس‌آزمون و جمع‌بندی انجام شد.

سردبیر



زیر ذره بین

حنیف عمران زاده، امید نورا فکن، محمدمامین حاج محمدی، میلاد شعبانلو، بهنام برزای، عادل شیخی، پرویجیج و ... با گرفتن عکسی که گل‌ها درون شیشه قلیان است در این کمپین شرکت کردند که احتمالا طی روزهای آتی به تعداد آنها اضافه شود.

این عکس‌ها که در زیر مشاهده می‌کنید در صفحات اجتماعی این چهره‌های ورزشی قرار داده می‌شود تا این افراد مردم را به جامعه بدون دخانیات دعوت کنند.

<http://www.varzesh3.com/news/1329172>

آبی‌ها در کمپین «قلیان‌ها را گلدان کنیم»

جمعی از اعضای تیم استقلال تهران در کمپین «قلیان‌ها را گلدان کنیم» شرکت کردند.

به گزارش «ورزش سه»، این کمپین و برنامه به تازگی از سوی دفتر آموزش سلامت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به مناسبت هفته ملی بدون دخانیات، عملیاتی و آغاز شده است که تاکنون بیش از ۶۰ نفر از اهالی ورزش، سینما، موسیقی و ... در آن حضور پیدا کردند. از جمع اهالی ورزش تاکنون اعضای تیم استقلال تهران همچون وحید طالبلو، آرش برهانی،





کمپین قلیان را گلدان کنیم

بنابر اعلام روابط عمومی معاونت بهداشت وزارت بهداشت، پویش ملی «قلیان‌ها را گلدان کنیم» در شرایطی مطرح شده که استعمال دخانیات میان جوانان به یک اپیدمی تبدیل شده و حتی بعضا در رسانه‌ها از استعمال قلیان توسط مطرح‌ترین ورزشکاران کشور نوشته می‌شود. قلیان کشیدن میان جوانان، نوجوانان و زنان نیز بر همین اساس، هر روز بیش از روز پیش گسترده می‌شود.

در این شرایط است که پیوستن چهره‌های مطرح و مرجع عرصه‌های مختلف، می‌تواند مضرات بسیار زیاد کشیدن قلیان را به سطح عمومی بکشاند و توجه خانواده‌ها را نیز به این موضوع مهم مرتبط با سلامتی فرزندان‌شان جلب کند.

بنا به برآوردهای علمی انجام شده توسط وزارت بهداشت، ضررهای ناشی از استعمال قلیان بسیار بیشتر از مصرف سیگار است و نکته جالب اینکه خیلی از علاقه‌مندان به قلیان، سیگاری هم نیستند. تحقیقات نشان می‌دهد میزان مواجهه با دود در هر وعده مصرف قلیان معادل استعمال ۱۰۰-۸۰ نخ سیگار بوده و آلودگی تنباکوهای معطر به ترکیبات سرطان‌زای قطعی همچون بنزن، فلزات سنگین و نگران‌کننده‌تر، آلودگی تنباکوها حین آماده‌ازی به برخی از مواد روانگردان این دغدغه را دو چندان ساخته است.

با این اوصاف و در آستانه روز ۳۱ می (۱۰ خرداد) روز جهانی بدون دخانیات و در طول هفته ملی بدون دخانیات، قلیان‌ها، گلدان می‌شوند؛ تنگ‌شان پرآب می‌شود اما برای عطرآفرینی گل‌ها نه عطر سرطان‌زای بنزن.

<http://permag.ir/all/news-iran-and-world/local-news/campaign-hookah-must-be-pot.html>

پویش ملی «قلیان‌ها را گلدان کنیم» با حضور چهره‌های مطرح و مورد وثوق جوانان در عرصه‌های مختلف آغاز به کار کرد. سرویس خبری مجله فارسی پرمد، این پویش (کمپین) که توسط دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت و با همکاری مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت و دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات طراحی شده، با استقبال گسترده پزشکان، هنرمندان سینما و موسیقی، ورزشکاران و مردم روبرو شده و این همراهی از سوی چهره‌های مطرح به شکل تحسین برانگیزی مضاعف شده است.

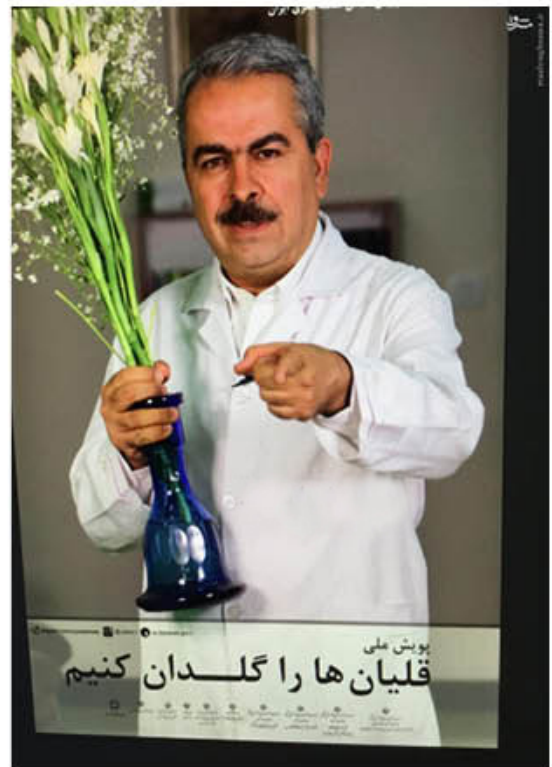
در میان سینماگران، چهره‌های نامداری همچون فاطمه گودرزی، بهاره رهنما، محمود پاک‌نیت، سعید پیردوست، محمد متوسلانی، رسول نجفیان، اصغر همت، رضا بنفشه‌خواه، فلور نظری، پویا امینی، نیما کرمی، سپند امیرسلیمانی، فرحناز منافی‌ظاهر و ... تاکنون از این پویش ملی حمایت کرده‌اند. در میان اهالی موسیقی هم نام‌های مطرحی همچون حمید حامی، بابک جهانبخش، محمد معتمدی، کامران رسول‌زاده، ستار اورکی، مونا برزویی، روزبه نعمت‌اللهی، سعید مدرس، سپهر شاکری، مهرداد نصرتی و محسن رجب‌پور نیز دیده می‌شوند.

تعداد زیادی از بازیکنان تیم استقلال تهران نیز در این پویش ملی حضور دارند؛ چهره‌های محبوبی همچون وحید طالب‌لو، امین حاج محمدی، میثم مجیدی، محمدرضا خرسند، بهنام برزای، مهدی مومنی، علی‌رضا رضائی، امید نوراکن و میلاد شعبانلو در این لیست حضور دارند.

همچنین دکتر بابک زمانی (نورولوژیست و رییس انجمن سکته مغزی ایران)، دکتر ایرج فاضل (رییس جامعه جراحان)، دکتر بهروز برومند (استاد نفرولوژی و عضو پیوسته فرهنگستان علوم پزشکی) و همچنین محمدرضا طالقانی (رییس اسبق فدراسیون کشتی) نیز از این پویش ملی حمایت کرده‌اند.







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 یادداشتها، سایر افراد سیگاری نیز تشویق به ترک سیگار گردند. فراموش نکنند 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



واقعه شیرین ولادت بخش خواهیم بود .
اگر مهربانی، اگر محبت، به هم نوع را دوست داری،
اگر عطوفت و دلسوزی را بر لوط زندگی خویش
همچو پرنسپال مسئول و فداکار در این حوزه،
ترا رحمی دهید، تبارک افعال بدی چون
دروغگویی و فسار و سیگار باشیم
شرفی بوده و سرفنی هست
توانسته اند و می توانیم
خدا یارانه ما و اسلام پناهان باش.



NICOREST



CALCIUM GUM, 160 mg

آدامس کلسیم + ویتامین D نیکرست

- مناسب برای سلامت دندان ها، استخوان ها و جلوگیری از پوکی استخوان ها.
- کمک به انعقاد خون، سیگنال های عصبی بدن و آزاد کردن هورمون های بدن.
- کمک در تنظیم کردن انقباض ماهیچه های قلب و دیگر ماهیچه ها در بدن.
- به اضافه ویتامین D که کمک به جذب بهتر کلسیم می کند و افزایش سرعت خوب شدن زخم های بدن و جلوگیری از افزایش تکثیر سلول ها که احتمال انواع سرطان ها را کاهش می دهد.
- یک عدد آدامس کلسیم برابر با کلسیم موجود در یک لیوان شیر می باشد.

VITAMIN C GUM, 60 mg

آدامس ویتامین ث نیکرست

- تقویت کننده سیستم ایمنی بدن.
- عامل تولید کلارن که در بدن و در عضلات و استخوان ها وجود دارد و باعث همبستگی سلول های آنها می شود.
- محافظت بدن شما از رادیکال های آزاد که احتمال بیماری های قلبی و سرطانی را کاهش می دهد.
- افزایش سلامت لثه ها و کمک به جذب بهتر کلسیم در بدن شما.
- یک عدد آدامس ویتامین ث معادل ویتامین ث موجود در یک لیوان آب پرتغال طبیعی می باشد.

CHEWING GUM SMOKE SUBSTITUE

آدامس ترک سیگار نیکرست

- دود سیگار حاوی بیش از ۴۰۰۰ ماده خطرناک و سمی است.
- سیگار سبب بیماری های قلبی و عروقی، تنفسی، سرطانی، گوارشی، و پیری زودرس می گردد.
- سیگار سبب فساد دندان ها و خرابی پوست، تخریب سیستم ایمنی و آمادگی بدن برای بیماری ایدز می گردد.
- مرگ و میر ناشی از دود سیگار در ایران بیش از ۵۰ هزار نفر در سال است.



تلفن کارخانه: ۰۲۶۲-۴۵۶۳۸۵۵



www.nicorestgum.com

قابل توجه خانمها و آقایان استعمال کننده سیگار و قلیان

جدیدترین و مؤثرترین دارو جهت ترک دخانیات

نیکوپلاست (برچسب نیکوتین)

NICOPLAST

NICOTINE PATCH

---TREATMENT TO HELP YOU STOP SMOKING---

محصول شرکت **Maestro Medical Inc.** انگلستان

دارای مجوز رسمی از وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



- کوتاهترین و بهترین روش ترک دخانیات، مورد استفاده در سراسر دنیا
- بدون هرگونه عوارض جانبی
- یک عمر سلامتی با ترک سیگار (نیکوپلاست)
- تنها محصول دارای مجوز وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

* طی ۵ تا ۸ هفته با نیکوپلاست، سیگار را ترک نمایید.

نمایندگی انحصاری در ایران:



OFOGH DAROU PARIS



توزیع توسط:

بخش سراسری الفق دارو پارس

تلفن: ۸۸۰۰۹۹۱۰ (۰۲۱)

www.ofoghdarou.com



فعالیت‌های مرکز

- جهت ایجاد محیطی بدون دخانیات به ما بپیوندید
- 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
- مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات که بر اساس برنامه استراتژیک خود و دیدگاه (برآنیم 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.



شرکت در همایش جهانی روز بدون دخانیات

همایش روز جهانی بدون دخانیات در روز دهم خرداد با ایده قلیان‌ها را به گلدان تبدیل کنیم، در سالن امام جواد واقع در ساختمان وزارت بهداشت برگزار شد. وزارت بهداشت در کمپینی به همین نام از مردم خواسته بود برای مقابله با مواد دخانی به ویژه قلیان برخیزند. در میان مدعوین این مراسم، چهره‌های شاخص ورزشی و هنری هم مشاهده می‌شدند.

در ابتدای همایش دکتر خسرو صادق‌نیت رئیس مرکز سلامت و محیط کار وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ضمن تشکر از همه ارگان‌های اجرایی در مورد کنترل دخانیات به پیشرفت‌هایی که در یک سال گذشته صورت گرفته اشاره کردند:

- ۱- تصویب پروتوکل مبارزه با قاچاق
 - ۲- ساماندهی وضع مالیات بر دخانیات
 - ۳- برنامه راه‌اندازی مشاوره‌های ترک دخانیات در غالب شبکه در سطح کشور
 - ۴- اطلاع‌رسانی و افزایش آگاهی
- ایشان همچنین به برنامه‌های سال آینده که شامل ساماندهی عرضه دخانیات و اجرای برنامه کنترل دخانیات اشاره نمودند.

در ادامه آقای دکتر سیاری معاون بهداشت وزیر بهداشت گفت: متأسفانه کشیدن قلیان تبدیل به افتخار شده و گاهی خانواده‌ها دور هم قلیان می‌کشند که این فرهنگ‌سازی خطر بزرگی دارد. سوداگران هم برای داغ‌تر شدن بازار قلیان در برخی مکان‌ها مواد روانگردان، حشیش و گراس به تنباکو اضافه می‌کنند. وی ادامه داد: یک بسته سیگار ۴۰۰ تومان هزینه تولید دارد و به چند برابر قیمت فروخته می‌شود، هیچ بازار اقتصادی در کشور این اندازه سودآور نیست. عده زیادی تجارت مرگ می‌کنند و سم می‌فروشند که مردم سرطان بگیرند. او افزود: مسئولان وزارت بهداشت، برای مبارزه با دخانیات، عزم جدی دارند اما عده‌ای

می‌گویند، مبارزه با دخانیات، قاچاق مواد دخانی را افزایش می‌دهد که به اعتقاد من، این سخن درست نیست چرا که مصرف مواد دخانی روز به روز در حال افزایش است و باید با این معضل مبارزه کرد. به گفته سیاری، مصرف سیگار در زنان شش دهم درصد و در مردان ۲۰ درصد است اما گرایش به قلیان روز به روز بیشتر شده، تا جایی که قلیان امروز تبدیل به یک پرستیژ و تفریح برای خانواده‌ها شده است. معاون وزیر بهداشت اظهار داشت: مصرف مواد مخدر سنتی، ۱۰ تا ۱۵ سال زمان می‌برد که فرد را زمین‌گیر و کارتن‌خواب کند اما مخدرهای صنعتی با سرعت بیشتری فرد را زمین‌گیر می‌کند. سیاری تأکید کرد: اگر سلامت مردم ایران برایمان مهم است، قلیان‌ها را تبدیل به گلدان کنیم و همه دست به دست هم دهیم تا قلیانی که حاوی مواد سرطان‌زا است و عقلاً، شرعاً و عرفاً کار مضری است، را تبدیل به گلدان کنیم. وی در پایان از دست‌اندرکاران طرح ملی قلیان‌ها را گلدان کنیم که توسط دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت و با همکاری مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت و دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات طراحی شده، تقدیر و تشکر نمودند.

در ادامه پیام دکتر علاء الوان مدیر منطقه مدیترانه شرقی سازمان جهانی بهداشت به مناسبت روز جهانی بدون دخانیات برای حضار قرائت گردید که خلاصه‌ای از پیام ایشان به شرح زیر می‌باشد:

امسال در روز جهانی بدون دخانیات تأکید ما بر بسته‌بندی ساده محصولات دخانی است و بسیاری از کشورها این برنامه را دارند. منظور از بسته‌بندی ساده این است که تولیدکننده اجازه استفاده از رنگ‌ها و طرح‌های گرافیکی و تبلیغاتی را ندارد و تنها اطلاعاتی که بر روی این بسته‌بندی درج می‌شود باید هشدارهای بهداشتی مالیاتی باشد که در نهایت، این اقدام باعث کم شدن تقاضای مصرف دخانیات می‌گردد. در حال حاضر هشدارهای



در این مراسم همچنین از دست‌اندرکاران تیزرهای دیرین دیرین سلامت، سفیران دانش‌آموزی مبارزه با دخانیات و اعضای تیم ملی تکواندو هم تقدیر به عمل آمد. در پایان برنامه قرار شد گلدان‌های موجود در سالن همایش جهت تأثیرگذاری و رسانه‌ای شدن، در مکان‌های مؤثری قرار گیرند، به طور مثال در دفتر نماینده رهبری، مجلس، خانه سینما، رسانه ملی، خانه موسیقی، منزل چند تن از بازیگران محبوب و سرشناس.

بهداشتی در ۱۲ کشور منطقه اجرا می‌گردد و این طرح مورد رسمیت قرار گرفته است. پس از شنیدن پیام علاء الوان، از دست‌اندرکاران حوزه مبارزه با دخانیات دکتر سیاری، دکتر مسجدی، دکتر دانش رفیعی، دکتر قربانی، دکتر فرزانه بیدارپور، دکتر شاکری، دکتر محمد محمدی، تجلیل به عمل آمد و هر یک پس از دریافت تقدیرنامه، شاخه گلی را به صورت نمادین در قلیان‌هایی که به گلدان تبدیل شد گذاشتند.



برگزاری کارگاه آموزشی ادغام ترک دخانیات در درمان سوء مصرف مواد مخدر

همزمان با فرا رسیدن هفته بدون دخانیات مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات با همکاری سازمان بهزیستی کشور در تاریخ ۵ و ۶ خرداد ماه اقدام به برگزاری کارگاه آموزشی ادغام ترک دخانیات در درمان سوء مصرف مواد مخدر نمود. این کارگاه با حضور پزشکان شاغل در مراکز سرپایی درمان اعتیاد و مددیاران شاغل در مرکز اقامتی میان مدت در ساختمان کاخ مظفری بیمارستان مسیح دانشوری برگزار شد. به گزارش روابط عمومی مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات، دکتر غلامرضا حیدری رئیس این مرکز گفت: طبق شواهد و دستاوردهای علمی و تحقیقاتی، مصرف دخانیات دروازه ورود به اعتیاد به مواد مخدر می‌باشد و چند استان کشور از جمله آذربایجان شرقی، اصفهان، تهران، خراسان رضوی، فارس، مازندران به عنوان مراکز هدف در نظر گرفته شده است. دکتر حیدری شاخص اعتیاد افراد سیگاری را شدید دانست و گفت: نباید به بیماران صرفاً به دید یک بیمار مصرف‌کننده مواد مخدر نگاه کرد و از او خواسته شود صرفاً مواد مخدر را کنار بگذارد. ما مسئول و متولی سلامت افراد هستیم و نگاه ما باید به بیماران نگاه وسیع‌تر و عمیق‌تری باشد. توجه داشتن به تمامی ابعاد و مشکلات آنها از جمله مشکلات جسمی و روحی - روانی آنها از اهمیت زیادی برخوردار است.

افراد سیگاری کاملاً با هم متفاوت هستند و تمامی آنها تمایل به ترک سیگار ندارند و خیلی از افراد هنوز اطمینان کامل به ترک سیگار ندارند یا هنوز آمادگی لازم برای ترک ندارند. این تفاوت نگاه از

اهمیت بسیار مهمی برخوردار است. ما نباید چشم بسته به همه افراد سیگاری بگوییم که باید سیگار خود را ترک کنند. او ضمن تأکید بر تغییر نگاه از روش‌های سنتی به روش‌های علمی و ایجاد انگیزه در فرد سیگاری برای ترک سیگار، آموزش‌های لازم به افراد سیگاری را از مهمترین اهداف این کارگاه دانست.

دکتر حیدری در ادامه صحبت‌های خود گفت: در صورتی که فرد هرگونه مصرف دخانیات را کنار بگذارد ترک مواد مخدر برای او راحت‌تر خواهد بود و وظیفه ما به عنوان متولیان امر این است که با کمترین فشار و استرس ترک دخانیات صورت پذیرد. ترک سیگار یا ترک مواد مخدر یک معضل نیست. قطعاً افراد در صورتی که از ترک سیگار لذت ببرند و با اشتیاق به این سمت حرکت کنند موفقیت بیشتری نصیب آنها خواهد شد. لذا توصیه ما در این زمینه رفتاردرمانی و تغییر رفتار در نگرش آنها به زندگی می‌باشد. در پایان این نشست دکتر زهرا حسامی معاون درمان مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات ضمن اشاره به منافع ترک سیگار در افراد بیان کرد هر چه افراد در سن کمتری سیگار خود را ترک نمایند موفقیت بیشتری عاید آنها خواهد شد. در صورتی که فردی قبل از سن ۳۵ سالگی موفق به ترک سیگار شود طول عمری معادل با فرد غیرسیگاری خواهد داشت. همچنین بعد کیفیت زندگی وی نیز تغییر پیدا خواهد کرد و هر چه فرد اقدام به ترک سیگار نماید احتمال بروز سرطان در وی کاهش پیدا خواهد کرد و خطر ابتلا به بیماری‌هایی نظیر پوکی استخوان، بیماری‌های دهان و دندان و بروز آب مروارید در چشم و سایر بیماری‌ها در او کاهش پیدا خواهد کرد.





سنجش میزان مونوکسیدکربن بازدمی در افراد مصرف‌کننده دخانیات به مناسبت هفته بدون دخانیات

علیرضا مظفریان، کارشناس مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات پس از انجام تست گفت: همانطور که انتظار می‌رفت، در بازدم افراد استعمال‌کننده دخانیات میزان بسیار بالاتری از گاز مونوکسیدکربن مشاهده شد و به ویژه در افراد استعمال‌کننده قلیان که این میزان بسیار خطرناک‌تر از میزان استاندارد بود. این حاکی از آن است که افراد استعمال‌کننده محصولات دخانی دچار کمبود اکسیژن هستند. کاهش اکسیژن‌رسانی آثار مخربی بر بدن دارد که از مهمترین آنها می‌توان به تورم و آسیب بافت‌ها اندام‌ها حیاتی از جمله مغز و قلب اشاره کرد. نکته قابل توجه این بود که در افرادی که در سفره‌خانه‌ها، خود قلیان مصرف نمی‌کردند و فقط در مواجهه با دود قلیان دوستان مصرف‌کننده خود بودند نیز پس از انجام تست، میزان بالایی از گاز مونوکسیدکربن بازدمی مشاهده شد.

مظفریان در آخر افزود: این نتایج می‌تواند زنگ خطری برای افراد جامعه باشد و امید است که افراد مصرف‌کننده دخانیات با مشاهده نتایج آزمایش‌هایی از این قبیل هر چه سریع‌تر نسبت به ترک دخانیات اقدام کنند.

نیاز به اکسیژن از ضروری‌ترین نیازهای هر فرد است و در انسان این نیاز حیاتی با عمل دم و بازدم انجام می‌گیرد. ریه طی عمل تنفس اکسیژن وارد شده را با مقداری همسان از گاز کربونیک مبادله می‌کند. افراد مصرف‌کننده دخانیات به جای اکسیژن، ترکیبات و گازهای سمی موجود در دود سیگار را وارد ریه خود می‌کنند لذا میزان گاز سمی مونوکسیدکربن (CO) در بازدم افراد مصرف‌کننده محصولات دخانی بیشتر است.

به مناسبت روز جهانی بدون دخانیات، کارشناس مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات به همراه گزارشگر واحد مرکزی خبر به سطح شهر و چند سفره‌خانه سنتی رفته و در افراد سیگاری و غیرسیگاری داوطلب، آزمایش سنجش میزان مونوکسیدکربن بازدمی را انجام دادند. سپس به اطلاع‌رسانی در مورد مضرات مصرف دخانیات و معرفی مراکز ارائه دهنده خدمات ترک سیگار پرداختند.



چهره‌های معروفی که سیگار را ترک کردند

کبریت خریدیم. نزدیک منزل مان خرابه‌ای بود به نام قهوه‌خانه. آن جا رفتیم و دوتایی 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 نه 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 دومان سیگاری شدیم تا وقتی که هر دو ازدواج کردیم؛ اما خانم اخوی، مخالف با سیگار بود.

از خود اخوی شنیدم که با خانمش قرار 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 نزد، من الان سیگاری هستم.

اگر سیگار نباشد سینه را می‌خواهم چه کنم؟ ترک سیگار آیتا... حجت شاید 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 می‌برید 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 روی 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

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 اراده تا عملشان یک لحظه بوده و با یک تصمیم زندگی‌شان را از هر نوع وابستگی به سیگار پاک کرده‌اند.

آخرین سیگاری که امام کشید شاید جالب‌ترین ماجرای ترک سیگار، مربوط به امام خمینی (ره) باشد که خاطره آن را فاطمه طباطبایی، عروس امام در کتاب «اقلیم 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... نصرا... 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. یک شاهی هم دادیم و ۲ تا



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>

مضر است؟ گفته بودند: بله واقعا همینطور است. فرموده 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.

بگو 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. خانمش هم گفت مجاهد فی سبیل!... که نباید سیگار بکشد. سیگار کشیدن دور از شأن شماس است! 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 شد. خانمش 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: «نمی‌توانم قول دادم دیگر سیگار نکشم. گفتم: بچه دارد درد می‌کشد! گفت: بپر 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،



اخبار کشوری

خداحافظی برخوردار از شرکت دخانیات

مصیب محمدیان شمالی به عنوان مدیرعامل جدید شرکت دخانیات ایران، جایگزین محمدحسین برخوردار شد.

به گزارش گروه اقتصاد خبرگزاری میزان مراسم تودیع و معارفه مدیران عامل قدیم و جدید شرکت دخانیات با حضور سهامداران، اعضا هیأت مدیره، معاونین و مدیران دخانیات در محل این شرکت برگزار شد.

محمدیان شمالی پیش از این معاون سازمان حمایت از مصرف کنندگان و تولیدکنندگان بوده و سابقه عضویت در هیأت مدیره و مدیرعاملی شرکت پشتیبانی امور دام کشور و نیز عضو هیأت مدیره کشتیرانی جمهوری اسلامی ایران را در کارنامه کاری خود دارد.

<http://www.mizanonline.ir/fa/news/165233>

پاتوق های جوانان با قلیان های ۱۸۰ هزار تومانی

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: در مناطق شمال تهران مراکزی وجود دارد که قلیان هایی با قیمت های نجومی همچون ۱۸۰ هزار تومان عرضه می کند.

به گزارش تراز، شهرام عرشی معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در خصوص مبارزه با عرضه قلیان در اماکن غیرقانونی گفت: ۵۳۳ امکنه در شهر تهران اقدام به عرضه قلیان می کنند که طبق بررسی های انجام شده حدود ۱۱۷ مورد از آنها کار اصلی شان قهوه خانه نبوده و در اصل رستوران یا سفره خانه یا حتی پیتزا فروشی هایی هستند که اقدام به عرضه قلیان می کنند. وی ادامه داد: سال گذشته ۱۱۷ امکنه متخلف، ۱۹۲ بار پلمپ شده اند که حتی برخی از آنها با چندین بار پلمپ شدن باز هم بعد از رفع پلمپ اقدام به عرضه قلیان می کنند. در واقع به خاطر سود بالایی که عرضه قلیان دارد به خصوص در مناطق شمال تهران که حتی قلیان های با قیمت ۱۸۰ هزار تومان سرو می شود باعث

می شود که افراد سودجو این کسب پرسود را رها نکنند. عرشی با بیان اینکه حدود ۲۵ درصد با اقدامات حوزه بهداشت و همکاری دادسرای ناحیه ۱۹ از سرو قلیان را خودداری می کنند اظهار داشت: مبارزه با عرضه قلیان در مراکز ممنوعه جزو اولویت های ابلاغی وزارت بهداشت است که امسال هم مجددا این موضوع را با تمرکز در رستوران ها و سفره خانه های سنتی ادامه می دهیم.

<http://www.taraznews.com/content/145769>

سیگار کشیدن موجب تنگی عروق پا می شود

به گفته محققان، تنگی عروق پا (PAD) که به حمله پا هم معروف است در افراد سیگاری متداول است. به گزارش بسیج پرس، استفاده از تنباکو علت اصلی بیماری های قابل پیشگیری و یکی از مهمترین علل مرگ های زودهنگام قابل پیشگیری است.

اعداد و ارقام سازمان بهداشت جهانی نشان می دهد در حدود ۱/۳ میلیارد نفر در دنیا سیگاری هستند. هر ساله اپیدمی جهانی سیگار و تنباکو در حدود ۶ میلیون نفر را به کام مرگ می کشاند که از این جمله بیش از ۶۰۰ هزار نفر کسانی هستند که به خاطر قرار گرفتن در معرض دود دست دوم سیگار می میرند. سیگار کشیدن همچنین فاکتور پرخطر اصلی بیماری تنگی عروق است. در این حالت پلاک های در عروق و شریان های که خون را به سر، اندام و دست ها می رسانند تشکیل می شوند. شیوع بیماری PAD در اندام تحتانی بدن در جمعیت بالای ۵۵ سال بین ۱۰ و ۲۵ درصد است و با افزایش سن این رقم نیز افزایش می یابد. افراد مبتلا به PAD در معرض ریسک بالای بیماری های قلبی و سکتة هم قرار دارند. متداول ترین علائم این بیماری عبارتند از لنگیدن متناوب که با استراحت بهبود می یابد، پوست براق و سرد اندام، ریزش موهای پا، بروز زخم های جلدی غیرقابل بهبود در اندام ها، سوزش یا خارش پوست پا، احساس سستی، کرختی یا سنگینی در ناحیه پا. کنترل رژیم غذایی، کنترل قندخون، انجام ورزش های



ساده نظیر پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و ... می‌تواند به دور ماندن از این بیماری کمک کند. سیگار کشیدن، دیابت، فشارخون بالا و افزایش انعقادپذیری خون از جمله علل ابتلا به این بیماری است.

<http://basijpress.ir/fa/news-details/77266>

موافقت کمیسیون تلفیق مجلس با گران شدن سیگار

سخنگوی وزارت بهداشت گفت: کمیسیون تلفیق مجلس شورای اسلامی با گران شدن سیگار از طریق افزایش مالیات، موافقت کرد. به گزارش خبرنگار همشهری آنلاین، دکتر ایرج حریرچی در نشست خبری خود با رسانه‌ها افزود: در صورتی که مصوبه اخیر کمیسیون تلفیق مجلس شورای اسلامی، در جلسه علنی تصویب شود، از امسال برای هر نخ سیگار تولید داخلی ۱۰ تومان، برای هر نخ سیگار تولید مشترک (ایرانی و خارجی) ۳۵ تومان و برای هر نخ سیگار وارداتی ۵۰ تومان به‌عنوان مالیات در نظر گرفته شده است که این امر، سبب گران شدن سیگار و کاهش مصرف آن می‌شود.

• مجله مقابله با سیگار

معاون کل وزارت بهداشت اظهار داشت: برخی از مخالفان این مصوبه با این توضیح که افزایش مالیات و گران شدن سیگار، افزایش قاچاق را بدنبال خواهد داشت، با این کار مخالفت کردند.

او افزود: لابی‌های تولیدکنندگان و واردکنندگان دخانیات در همه دنیا بسیار قوی است اما نباید به خاطر منافع این افراد، سلامت مردم را به خطر اندازیم. حریرچی، با اعلام اینکه مصرف سیگار، شایع‌ترین علت مرگ ناشی از سرطان است اظهار داشت: سالانه بین ۵۵ تا ۶۵ میلیارد نخ سیگار در ایران، مصرف می‌شود و بر اساس آمارهای مختلف بین ۲۰ تا ۴۰

درصد آن سیگار قاچاق است. همچنین، سالانه بین ۲۰ تا ۳۰ هزار میلیارد تومان بر اثر مصرف دخانیات به کشور تحمیل می‌شود. به گفته این مقام مسئول، کشورهای غربی از جمله انگلیس و آمریکا، مهم‌ترین تولیدکنندگان سیگار در دنیا هستند و حتی در اوج تحریم‌ها تولید و عرضه سیگار به ایران را کاهش ندادند. حریرچی گفت: این کشورها، تلاش می‌کنند که مواد دخانی از جمله سیگار با قیمت ارزان‌تر و میزان بیشتر در کشورهای مختلف از جمله ایران مصرف شود. قائم مقام وزیر بهداشت گفت: سالانه ۱۰ هزار میلیارد تومان، صرف خرید سیگار در ایران، می‌شود که این رقم معادل یک درصد از درآمد ناخالص ملی است.

مجله آشنایی با سرطان

به گفته حریرچی، هفت میلیون و ۷۰۰ هزار نفر در کشور سیگاری هستند و حدود ۶۰۰ هزار نفر نیز در معرض دود سیگار قرار دارند که ۵۰ درصد آنها کودکان هستند. ۹۰ درصد موارد سرطان در مردان و ۸۰ درصد سرطان در زنان به علت مصرف سیگار است. مصرف دخانیات، یکی از عوامل شایع مرگ و میر در دنیاست و در کشورهای کم درآمد، ۴۰ درصد از درآمد کل کشور، صرف سیگار می‌شود.

<http://www.hamshahrionline.ir/details/331079/Lifeskills/heathsubpage>



اخبار بین الملل

ممنوعیت سیگارهای نعنایی در کانادا



دولت کانادا از تاریخ ۲۹ آوریل یک ممنوعیت کشوری برای سیگارهای نعنایی اعمال کرده است. ممنوعیت سیگارهای نعنایی همچنین شامل سیگارهای برگ با وزن ۶ گرم و کمتر از آن و همچنین برخی سیگارهای برگ بیش از ۶ گرم و نیز سیگارهای دست‌پیچ می‌شود.

این طرح به مدت سی روز مورد مشاوره و بررسی قرار گرفت. جزئیات این خبر را از سوی وزارت بهداشت کانادا و انجمن سرطان کانادا می‌توانید در آدرس زیر بخوانید:

www.gazette.gc.ca/rp-pr/p1/2016/2016-04-30/pdf/g1-15018.pdf

بریتانیا قانون عرضه سیگار به صورت بسته‌های ساده را اجرا می‌کند

وزارت بهداشت بریتانیا می‌گوید بسته‌های جدید سیگار باید به شکل مکعب مستطیل و به رنگ قهوه‌ای تیره یکنواخت و غیر درخشان باشند. درج نام برند سیگار مجاز خواهد بود، اما باید در با قلم و حداکثر اندازه مشخص شده و در مکان تعیین شده‌ای روی پاکت سیگار قرار گیرند. درج نشان‌های تجاری، لوگو و تصاویر تبلیغی و آرایش‌های رنگی ممنوع خواهد بود. هشدارهای بهداشتی هم به صورت تصویر و هم به صورت متن روی بسته چاپ خواهند شد و هر بسته سیگار باید حداقل حاوی ۲۰ سیگار باشد.

جین الیسون، وزیر بهداشت عمومی دولت بریتانیا گفت که این تصمیم دیوان عالی «پیروزی برای نسل‌ی است که در محیطی عاری از دود سیگار بزرگ خواهند شد. بسته‌بندی استاندارد شده میزان‌های سیگار کشیدن را کاهش خواهد و باعث نجات زندگی‌ها می‌شود... ما هرگز به صنعت دخانیات اجازه نخواهیم داد تا خط‌مشی‌های ما را دیکته کند.»

سرویس ملی بهداشت بریتانیا می‌گوید سیگار کشیدن حدود ۱۰۰۰۰ نفر را در سال در این کشور می‌کشد و باعث ایجاد سرطان در بسیاری از بخش‌های از بدن از جمله ریه‌ها، معده، دهان، مثانه، گلو و لوزالمعده می‌شود. سیگار کشیدن خطر حمله قلبی، سکتة مغزی و بیماری عروق کرونری قلب را افزایش می‌دهد.

بریتانیا پس از حکم دیوان عالی این کشور در رد چالش قانونی شرکت‌های بزرگ دخانیات به دومین کشور پس از استرالیا بدل شده است که از روز ۳۱ مه سیگار در آن در بسته‌های ساده و استاندارد شده عرضه شد.

به گزارش سی‌ان‌بی‌سی قضات دیوان عالی کشور بریتانیا دادخواست شاکیان شامل - شرکت‌های بریتیش امریکن توباکو، جیان توباکو اینترنشنال، فیلیپ موریس اینترنشنال و امپریال برنڈز- را که مدعی بودند مقررات جدید نامتناسب است، رد کردند. این قضات در حکمشان یادآور شدند که «جنبه اخلاقی مهمی در این مقررات نهفته است که درباره نجات کودکان از اعتیادی در تمام طول عمر و حفظ کودکان و بزرگسالان از مرگ زودرس و رنج و بیماری مربوط به آن است.» همه سیگارهایی که از روز ۳۱ مه در بریتانیا فروخته می‌شوند، به طور اجباری در بسته‌های استاندارد شده عرضه شده‌اند، البته یک دوره ۱۲ ماهه فروش محصولات توزیع شده پیش‌بینی شده است تا خرده‌فروشان بتوانند سیگارهای موجود از قبل تولید شده، وارد شده و مارک‌دار را بفروشند.

<http://www.hamshahrionline.ir/details/334548/Science/medical>



شرکت‌های دخانیات هند تسلیم مقررات دولتی می‌شوند

ITC، بزرگ‌ترین شرکت سیگارسازی هند روز دوشنبه ۹ مه (۲۰ اردیبهشت) اعلام کرد که تولید محصولاتش را از سر می‌گذرد و از مقررات جدید دولت فدرال درباره چاپ کردن هشدارهای بزرگ‌تر روی بسته‌های سیگار پیروی می‌کند. به گزارش رویترز این شرکت در ۴ مه کارخانه‌هایش را تا هنگام اعلام رأی دادگاه درباره شکایتش بر ضد این مقررات مشخص شود، تعطیل کرده بود. بر اساس این مقررات جدید میزان هشدارهای بهداشتی چاپ شده روی سطح پاکت‌های سیگار در هند باید از ۲۰ درصد به ۸۵ درصد افزایش یابد. اما دیوان عالی هند درخواست شرکت‌های دخانیات برای تعویق به اجرا درآوردن این مقررات را که در اول ماه آوریل اعلام شده بود، رد کرد و قضات خطاب به وکلای صنعت دخانیات اعلام کردند: «شما در برابر جامعه مسئولیت دارید و صنعت دخانیات از همین امروز نباید هیچ قانونی را نقض کند.» سخنگوی شرکت ITC اعلام کرد: «کارخانه‌های سیگارسازی ITC به طور تدریج تولید سیگار را با تصاویر هشداردهنده بهداشتی که ۸۵ درصد سطح سیگار را در برمی‌گیرد، به‌طور تدریجی از سر خواهند گرفت.»

سازمان جهانی بهداشت می‌گوید که سیگار کشیدن سالانه جان بیش از یک میلیون نفر را در هند می‌گیرد و بیماری‌های مرتبط با دخانیات هر سال ۱۶ میلیارد دلار هزینه را برای این کشور ایجاد می‌کنند.

<http://www.hamshahrionline.ir/details/333389/Science/medical>

سیگار کشیدن در دوران بارداری بر DNA نوزاد تاثیر می‌گذارد

یک آنالیز جدید سیگار کشیدن مادران باردار را به تفاوت‌ها در DNA نوزادانشان که خود آنها بازتابی از تغییرات ایجاد شده در بدن بزرگسالان سیگاری است، پیوند می‌دهد و نشان می‌دهد که چگونه سیگار کشیدن ممکن است با برخی از نقائص جنینی ارتباط داشته باشد.

به گزارش رویترز این پژوهشگران برای بررسی تغییرات سیگار کشیدن بر متیلاسیون DNA (یک واکنش شیمیایی در DNA که در فعال شدن ژن‌ها نقش دارد) داده‌های مادران و نوزادانشان را مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند.

این پژوهشگران متوجه شدند در زنان بارداری که به‌طور روزانه سیگار می‌کشند، متیلاسیون در ۶ هزار و ۷۳ نقطه از DNA نوزادانشان به شکل متفاوتی نسبت به متیلاسیون DNA نوزادان مادران غیرسیگاری انجام می‌شود. بسیاری از این تفاوت‌ها در نزدیکی یا روی مجموعه‌ای از ژن‌های مربوط به رشد ریه و دستگاه عصبی، سرطان‌های مرتبط با سیگار و نقصان‌های مادرزادی همچون شکاف لب و کام قرار داشتند.

دکتر استفانی لاندن، معاون رئیس شاخه همه‌گیرشناسی در موسسه ملی علوم زیست‌محیطی و بهداشت در پارک پژوهشی ترینگل در کارولینای شمالی و نویسنده ارشد مقاله این بررسی گفت: «ما از پیش می‌دانستیم که به هر قیمت که شده باید از سیگار کشیدن در حین بارداری یا پس از تولد نوزاد پرهیز کرد.»

این پژوهشگران این داده‌ها را از بررسی ۶ هزار و ۶۸۵ مادر و نوزادانشان مربوط به مطالعاتی در سراسر دنیا به دست آوردند. اغلب این زنان گفته بودند که سیگار نمی‌کشند، اما حدود ۱۳ درصد از این زنان سیگاری‌های روزانه بودند و ۲۵ درصدشان پذیرفته بودند که گاهی در طول بارداری سیگار می‌کشند. پژوهشگران برای آنالیز الگوهای متیلاسیون در DNA نوزادان، عمدتاً نمونه‌های خون بند ناف این نوزادان را پس از زایمان جمع‌آوری کردند. این پژوهشگران که گزارششان را به‌طور آنلاین در ژورنال ژنتیک انسانی آمریکا منتشر کرده‌اند، می‌نویسند با وجودی که این بررسی چگونگی تأثیرات سیگار کشیدن مادر بر رشد نوزاد یا بیمار شدن او را به بیماری را ثابت نمی‌کند، اما این یافته‌ها نشان می‌دهد که تفاوت‌های متیلاسیون DNA ممکن است در ظهور برخی از نقصان‌های نوزادی یا مشکلات پزشکی در نوزادان مادران سیگاری نقش داشته باشد.

<http://khabarfarsi.com/ext/16205213>



نشستی با صاحب نظران

دکتر محمد ثابئی
داندانپزشک عمومی



۱. ضایع کردن زمین‌های قابل کشت
 ۲. ضایع شدن آب و ماشین آلات کشاورزی
 ۳. ضایع شدن سرمایه کلان
 ۴. اتلاف وقت عظیم نیروی انسانی
 ۵. تخریب محیط زیست
- از نظر زیان‌های اجتماعی مصرف تنباکو می‌توان از:
۱. آلودگی محیط زیست
 ۲. صدمه به افراد غیر سیگاری
 ۳. بوی بد دهان در برخورد اجتماعی با افراد
 ۴. بدآموزی‌های اجتماعی
 ۵. تحمیل هزینه‌های غیرضروری به خانواده.

را بر شمرد.

در مورد تأثیر سیستمیک مصرف سیگار بر بدن می‌توان از نظر اهمیت موضوع ابتدا اشاره به ریه نمود. ریه محل مناسبی برای جذب مواد گازی شکل مثل دود است و جذب مواد گازی شکل سمی مثل دود حاصل از سوختن توتون که به خوبی و آسانی از طریق الوئول‌های ریه جذب می‌گردد. در موقع کشیدن سیگار در اوائل اعتیاد سرفه به عنوان عکس‌العمل در برابر تحریک بافت‌ها عارض می‌شود و در نتیجه هوا با شدت مواد زیان بخش را که با دستگاه تنفس سازگار نیست بیرون می‌دهد ولی زمانی که انسان به دخانیات عادت کرد دیگر سرفه عارض نمی‌گردد. سیگار قادر است به راحتی دستگاه تنفس را در ابتلا به بیماری سل ریوی آماده کند. خطرناک‌ترین بیماری ناشی از استعمال دخانیات سرطان برونش‌ها است و آمارهای موجود نشان می‌دهد که با اشاعه مصرف سیگار ابتلا به این نوع سرطان روز به روز در حال تزايد می‌باشد بطوری که نسبت آن در جمع تومورهای سرطانی از دهه سوم قرن تاکنون از ۶ درصد به ۱۸ درصد رسیده است. عامل سرطان زائی دود احتمالاً هیدروکربن‌های موجود در آن و حرارت موجود در دود سیگار می‌باشد از عوارض ریوی در اثر مصرف دخانیات می‌توان از:

۱. افزایش شیوع عفونت‌های ریوی
۲. افزایش مرگ و میر به علت پنومونی و آنفلوانزا
۳. افزایش درصد عوارض تنفسی بعد از اعمال تنفس

متن پیش رو گردآوری شده توسط دکتر ثابئی است که برای این بخش مجله تهیه شده است.

در حالیکه سازمان بهداشت جهانی اعلام می‌کند که تجارت تنباکو یکی از ضد انسانی‌ترین و تحلیل‌کننده‌ترین مواد مصرفی عالم است، جای بسی تأسف است که مصرف تنباکو و فرآورده‌های مختلف آن بویژه سیگار در کشورهای جهان سوم افزایش یافته و حتی به عنوان عامل تشخیص، بلوغ و بزرگی در قشر جوان جامعه جلوه نموده است و این در حالی است که گزارش‌ها و تلفات ناشی از آن در سراسر دنیا بویژه در جهان سوم بسیار وحشتناک و مسئولیت‌آفرین می‌باشد. گزارش‌های علمی مختلف نشان می‌دهد که میزان ابتلا به بیماری‌های متأثر از مصرف دخانیات در حفره دهان، ریه، قلب و عروق، دستگاه اعصاب و روان ... و نیز مرگ و میر ناشی از آنها با مصرف سیگار بشدت افزایش می‌یابد.

توتون از گیاهان بومی آمریکا بوده و از آنجا به سایر نقاط جهان انتشار یافته است. بومیان آمریکائی اولین کسانی بوده‌اند که از آن به صور مختلف استفاده کرده‌اند. از اینکه توتون از چه راهی و به چه صورتی وارد ایران شده است اطلاع دقیقی در دست نمی‌باشد ولی گفته شده است که در حدود قرن ۱۷ توسط عثمانیان وارد ایران شده است. با پیدایش توتون در ایران حادثه تحریم تنباکو و توتون توسط علماء روحانی را باید به یاد آورد که پیش درآمد حوادث بعدی شد و سبب بیداری ملت ایران گردید.

با توجه به تولید توتون در سطح جهانی می‌توان زیانهای اقتصادی ناشی از آن را فهرست‌وار ذکر نمود:



۴. پنوموتراکس در معتادین به سیگار شایع‌تر از غیر معتادین است.

۵. انسداد مجاری کوچک و بزرگ هوائی که عارضه آن می‌تواند در افرادی که مبتلا به بیماری آسم برونشستیک هستند باعث وخامت حال آنها شود.

۶. نیکوتین موجود در توتون می‌تواند سبب لارنژیت مزمن گردد.

اثر نیکوتین بر روی سیستم قلبی-عروقی می‌تواند به صورت:

۱. افزایش فشارخون

۲. افزایش ضربان قلب

۳. افزایش تحریک پذیری عضله قلب

عارض گردد.

تأثیر سیگار بر روی خانم‌ها و خانم‌های باردار طبق مطالعات صورت گرفته کشیدن سیگار در دوران بارداری منجر به تأخیر رشد جنین، سقط جنین می‌شود و تولد نوزادان زودرس در این گروه پیش از زنان غیرسیگاری می‌باشد و همچنین پدران سیگاری هم میزان مرگ و میر جنین را افزایش می‌دهند و در ضمن مصرف دخانیات سبب بروز یائسگی زودرس هم می‌شود.

ارتباط سرطان با مصرف دخانیات

طبق تحقیقات انجام شده ۴۰٪ تمام سرطان‌های انسان بطور مستقیم یا غیرمستقیم ارتباط با مصرف دخانیات دارد.

تحقیقات صورت گرفته از تأثیر سوء دخانیات بر روی دستگاه گوارش، غدد ترشحاتی داخلی، کبد، سیستم ایمنی و پوستی گزارش گردیده است.

در مورد ارتباط سرطان دهانی با استعمال دخانیات تحقیقات متعددی صورت گرفته که در تمامی گزارشات منتشر شده از میزان ابتلاء باین عارضه در درصد بالا در نزد افراد سیگاری یاد شده است. دانشمندان از میزان شیوع عفونت‌های دهانی در نزد افراد سیگاری به صورت درای ساکت، بیماری AN.U.G را گزارش

نموده‌اند. مصرف دخانیات بر روی انساج دندان هم تأثیر نموده و می‌تواند در سایش سطح دندانها، پوسیدگی در ناحیه طرق دندانها و بیماری‌های پریودنتال مؤثر باشد. در مورد بیماری‌های لثه سیگار می‌تواند در تجمع پلاک میکروبی و تشکیل آن به صورت جرم دندانی در التهاب لثه دخالت نماید و ثابت گردیده است که شیوع بیماری‌های لثه در نزد افراد سیگاری بیشتر از افراد غیرسیگاری می‌باشد در مورد ارتباط بین سیگار و کانسره‌های دهانی می‌توان از ضایعه لکوپلاکیا که ۳۰ درصد سرطان دهانی را تشکیل می‌دهد نام برد. سرطان‌های لب مخصوصاً کسانی که از پیپ استفاده می‌نمایند به میزان ۹۴ درصد اعلام نموده‌اند. در مورد سرطان زبان یکی از عوامل اتیولوژیک آن را اعتیاد به سیگار می‌دانند.

تحقیقات صورت گرفته نشانگر آنست که مدت ادامه زندگی پس از ابتلاء به کانسر دهانی در افرادی که به استعمال دخانیات ادامه می‌دهند کمتر از کسانی است که از میزان استعمال خود کاسته و یا بطور کلی ترک استعمال دخانیات را نموده‌اند.

در خاتمه باز هم یادآور می‌شویم در عصر حاضر استعمال دخانیات یکی از خطرناک‌ترین دشمن سلامتی بوده و مبارزه پی‌گیر با آن می‌تواند باعث حفظ سلامتی و طولانی شدن عمر گردد.

منابع و مأخذ

۱. تحقیق صورت گرفته توسط آقای دکتر اسماعیل یزدی و سرکار خانم دکتر سقازاده

۲. اطلس رنگی بیماری‌های مخاط دهان، دکتر احمد قائم مقامی

۳. تشخیص ضایعات مخاط دهان، دکتر احمد قائم مقامی و دکتر وتیالی ابویانس

۴. سیگار یا سلامتی انتخاب با شماست، گزارش سازمان بهداشت جهانی ترجمه دکتر رضا فرید حسینی



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 زینهای دخانیات باید مصور و حداقل پنجاه درصد (۵۰٪) سطح هر طرف پاکت سیگار (تولیدی-وارداتی) را پوشش دهد.

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

ماده ۶- کلیه فرآورده‌های دخانی باید در بسته‌هایی با شماره سریال و برجسب 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 با 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 پنجاه میلیون (۵۰/۰۰۰/۰۰۰) ریال جزای نقدی است. دادگاه مکلف است علاوه بر مجازات، دستور جمع‌آوری محصولات مورد تبلیغ را صادر نماید و میزان مجازات‌های یاد شده براساس نرخ تورم (هر سه سال یکبار) بنا به اعلام بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران و تأیید هیئت وزیران قابل افزایش است.

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 تخلف، 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 نقلیه عمومی موجب حکم به جزای نقدی از پنجاه هزار

(۵۰/۰۰۰) 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 دویست 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.



فراخوان ارسال مقاله 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 کاربردن 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 شیهه 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 زمینه‌های مرتبط با کنترل دخانیات می‌باشد.

لذا از علاقمندان دعوت به عمل می‌آید 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 پژوهش‌های نویسنده یا نویسندگان باشد.

با حوزه فعالیت ماهنامه تناسب داشته باشند و 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 طرف در 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 ۰۶۲۶۱۲۲۰۰۶ 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@sbmu.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 دخانیات، 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 دخانیات ارسال نمایید.

۱- محتوای هر شماره مجله را چگونه مطالعه می‌کنید؟

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

ج- بطور اتفاقی آن را مطالعه می‌کنم د- به هیچ وجه از آن استفاده نمی‌کنم

۲- در چه مواردی از این مجله استفاده کرده‌اید؟

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

۳- تعداد مقالات علمی را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

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- غیرعلمی ه- بسیار پایین

۶- سطح مقالات مجله از نظر شما چگونه است؟

الف- بسیار تخصصی ب- تخصصی ج- معمولی د- غیرعلمی 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؟

فرم نظر سنجی را به آدرس: تهران - نیاوران - دارآباد - بیمارستان دکتر مسیح دانشوری - مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات پست نمائید یا به شماره ۲۶۱۰۹۵۰۸ فکس کنید و یا به صورت آنلاین از طریق آدرس: www.tpcrc.ac.ir ارسال نمائید.

پیشنهادها و انتقادهای:





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

تلفن گویای مشاوره ترک سیگار ۱-۲۷۱۲۲۰۵۰

تلفن مشاوره با پزشک ترک سیگار ۲۶۱۰۹۵۰۸



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

کلینیک بیمارستان مسیح دانشوری - تلفن: ۲۷۱۲۲۰۷۰

کلینیک تنفس: میدان ونک اول خیابان ملاصدرا - خیابان شاد - شماره ۵ طبقه سوم - تلفن: ۸۸۸۸۳۰۹۷

کلینیک شهرداری منطقه ۵ اتوبان همت - ورودی شهران - خیابان کوهسار - بعد از کلانتری کن - خانه سلامت کن تلفن: ۴۴۳۵۰۶۲۰

کلینیک شهرداری منطقه ۲ (شهرک مرزداران - بلوار مرزداران - خیابان ابوالفضل شمالی - سرای محله مرزداران). تلفن: ۴۴۲۲۸۰۸۷

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.surgeoneral.gov/tobacco/default.htm
www.tobaccopedia.org www.tobaccocontrol.com www.globalink.org
www.who.int www.quit.org.au www.ashaust.org.au