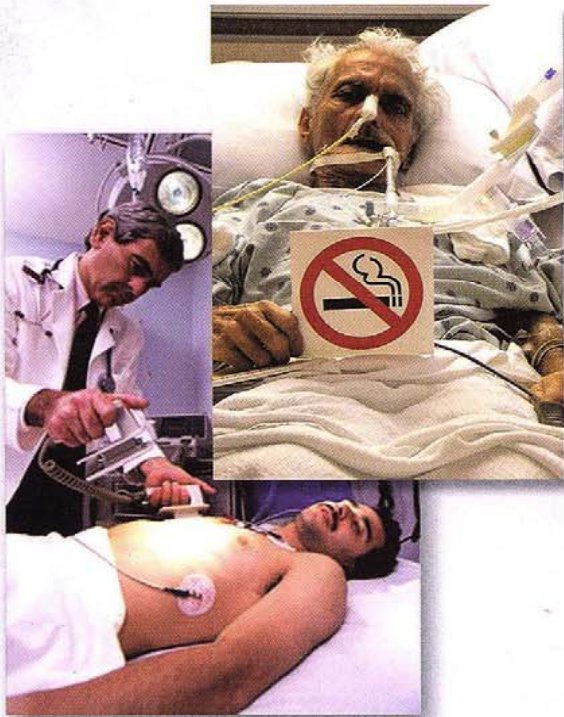


## آنچه همه باید در مورد «استعمال دخانیات و بیماریها» بدانند



✓ سیگار عامل حداقل ۱۴ سرطان مختلف در بدن انسان می‌باشد.

✓ ۹۰٪ سرطانهای ریه و ۸۳٪ مرگ و میر ناشی از سرطان ریه در اثر استعمال دخانیات است.

✓ استعمال دخانیات باعث ناتوانی جنسی و عقیمی در مردان می‌شود.

✓ نباید فراموش کرد که مصرف تنباکو به روشهای مختلف علاوه بر سرطان ریه می‌تواند منجر به بروز سرطانهای متعدد در اعضای مختلف بدن شده، سلامتی فرد و در نتیجه سلامتی جامعه را به خطر اندازد.



مرکز تحقیقات  
پیشگیری و کنترل دخانیات  
دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

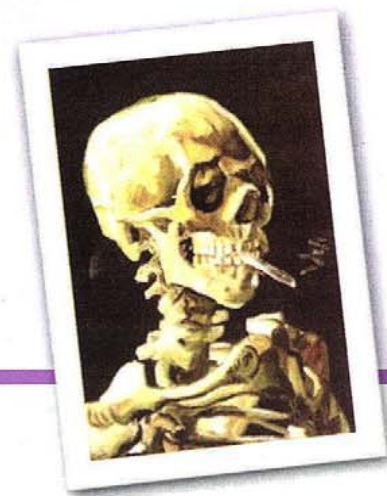
آدرس: مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات  
بیمارستان مسیح دانشوری، خیابان شهید باهنر انتهای دارآباد  
تلفن: ۲۰۱۰۹۵۱۵ - ۲۰۱۰۹۶۷۷ فاکس: ۲۰۱۰۹۴۸۴

سایت: [www.TPCRC.ac.ir](http://www.TPCRC.ac.ir)

آدرس: جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات ایران  
خیابان فتحی شقاقی، کوچه فراهانی پور شماره ۶  
تلفن: ۸۸۷۱۷۷۱۷ ۸۸۷۱۹۱۱۰ ۸۸۷۲۹۵۱۸

سایت: [www.IATA.org.ir](http://www.IATA.org.ir)

استعمال دخانیات عامل ۹۰٪ سرطانهای ریه و ۸۰٪ برونشیت مزمن و ۲۵٪ بیماریهای اسکمیک قلبی می‌باشد و بطورکلی سیگارکشیدن بر روی تمام قسمت‌های بدن آثار سوء خود را می‌گذارد؛ از پوست که باعث تیرگی و چین چروک و پیری زودرس در آن می‌شود، تا استخوان‌ها که باعث استئوپروز (پوکی استخوان) در آنها می‌گردد. هیچکدام از اعضاء بدن از آثار زیانبار سیگار در امان نیستند. بعد از ۲۰ سال سیگارکشیدن از هر ۴ نفر سیگاری ۱ نفر فوت می‌کند و ۳ نفر به یک بیماری ناشی از سیگارکشیدن مبتلا می‌شوند و بعد از ۴۰ سال سیگارکشیدن از هر ۲ نفر سیگاری، ۱ نفر فوت می‌کند و یک نفر به بیماری حاصل از این عادت شوم مبتلا می‌شود. به راستی این ماده شوم حاوی هزاران ماده سمی است و به هزاران طریق جان انسانها را می‌گیرد.



دانشگاه علوم پزشکی  
شهید بهشتی



پژوهشکده سل و بیماریهای ریوی



مرکز تحقیقات  
پیشگیری و کنترل دخانیات  
دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

**آیا سیگار تهدید جدی برای سلامتی است؟**  
تباکو همراه با کاغذ و فیلتر و برخی افزودنی‌ها، مواد تشکیل‌دهنده سیگار می‌باشند. در واقع سوختن این مواد با هم موجب پدید آمدن بیش از ۴۰۰۰ ماده سمی و ۸۰ ماده سرطانزا می‌شود. شواهد علمی نشان می‌دهند که تمام انواع محصولات دخانی به هر شکلی مضر بوده و باعث مرگ و میر و ناتوانی می‌شوند.

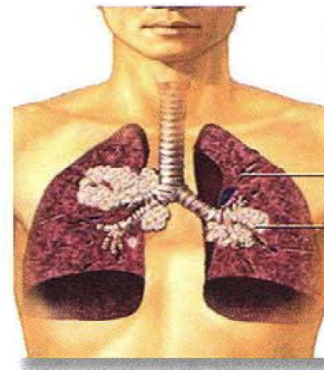
دود سیگار دارای دو جریان اصلی و فرعی است:

- ۱- جریان اصلی هنگام پک‌زدن، وارد دهان و ریه فرد سیگاری می‌شود.
  - ۲- جریان فرعی که بسیار خطرناک‌تر است در فاصله پک‌زدن‌ها از نوک سیگار انتشار یافته و در محیط پخش می‌گردد که هم اطرافیان فرد سیگاری از این دود استنشاق می‌کنند و هم در تنفس بعدی وارد ریه فرد سیگاری می‌شود. دود قلیان نیز از این امر مستثنی نیست و آسیب‌های فراوانی را به همین ترتیب بر فرد مصرف‌کننده و اطرافیان وی وارد می‌کند.
- با مصرف هر نخ سیگار، فرد سیگاری با سه نوع پدیده اصلی بیماری‌زا در سیگار روبرو می‌شود:
- ۱- سمیت حاد یا فوری مثل تنگی نفس بعد از سیگار کشیدن.
  - ۲- سمیت مزمن یا طولانی‌مدت مثل سرطان ریه.
  - ۳- اعتیاد به ماده اعتیادآور موجود در سیگار یا اعتیاد به نیکوتین.

نیکوتین موجود در دود سیگار موجب افزایش واضح ضربان قلب و بالا رفتن فشار خون می‌شود. در اثر استعمال دخانیات قلب مجبور به کار بیشتر شده و اکسیژن بیشتری نیاز دارد.

بیماری‌های قلبی - عروقی، سگته‌های مغزی، بیماری‌های تنفسی و بسیاری از بیماری‌های کشنده در اثر استعمال دخانیات دیر یا زود در افراد سیگاری و افرادی که با آنها زندگی می‌کنند، اتفاق می‌افتد.

سیگار عامل حداقل ۱۴ سرطان مختلف در بدن انسان می‌باشد که مهمترین آنها عبارتند از: سرطان ریه - سرطان پوست - سرطان لوزالمعده - سرطان مثانه - سرطان خون - سرطان پستان - سرطان حنجره - سرطان کبد و ....



بنظر می‌رسد مرگ و میر زنان و مردان بر اثر سرطان ریه بیشتر از مجموع سرطانهای پروستات، پستان و کولورکتال می‌باشد.

سیگار کشیدن مادران نه تنها در دوران بارداری و بعد از آن برای خودشان مضر می‌باشد، بلکه دارای اثرات طولانی‌مدت بر روی نوزادان و فرزندانشان است.

بسیاری از این بیماریها مثل بیماریهای تنفسی و یا کاهش کارکرد تنفسی در نوزادان و کودکان اتفاق می‌افتد و سیگار کشیدن هر کدام از والدین شدت این بیماریها را وخیم‌تر می‌کند.



سرطان‌های لب، زبان و دهان در اثر جویدن تنباکو حاصل می‌شود.

استعمال دخانیات روند آترواسکلروز یا تصلب شرایین را تسریع می‌کند. آترواسکلروز ممکن است باعث باریک شدن شریانهای پا و در نتیجه بوجود آمدن درد در حین راه رفتن شود و ادامه مصرف دخانیات می‌تواند موجب گانگرن عضو شده و منجر به قطع شدن انگشتان پاها و اندام گردد. مطالعات بیشمار نشان داده‌اند که مهمترین علت قطع اندام تحتانی، بیماریهای عروق محیطی است که قویترین عامل خطر آن مصرف دخانیات می‌باشد.