



## التدخين القسري : أسئلة وأجوبة

### النقاط الرئيسية

- التدخين القسري (وتسمى أيضا الدخان الناتج عن السجائر في البيئة) هو مزيج من الدخان المنبعث نتيجة حرق إحدى منتجات التبغ والتدخين الصادر من المدخن ( انظر السؤال رقم ١ )
- ومن بين المواد الكيميائية التي تم إيجادها في دخان السجائر ، هنالك أكثر من ٥٠ نوعا تسبب السرطان ( انظر السؤال رقم ٣ )
- التدخين القسري يسبب سرطان الرئة عند غير المدخنين (انظر السؤال رقم ٤ )
- التدخين القسري يسبب أمراض القلب لدى البالغين ومتلازمة الوفاة المفاجئة، والتهابات الأذن ، ونوبات الربو عند الأطفال (انظر السؤال رقم ٥ )
- ليس هناك مستوى آمن من التعرض للتدخين غير المباشر (انظر السؤال رقم ٦ )

### ١. ما هو التدخين القسري؟

التدخين القسري (ويسمى أيضا الدخان الناتج عن السجائر في البيئة) وهو مزيج من دخان الدخان المنبعثة من نهاية حرق أحد منتجات التبغ (ويسمى التيار الجانبي)، والدخان الصادر من المدخن والخارج من رئتيه (ويسمى دخان التيار الرئيسي) (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤).

والتعرض لهذه الأنواع من الدخان يسمى أيضا التدخين اللاإرادي أو التدخين السلبي. فالناس يتعرضون للتدخين السلبي في المنازل والسيارات وأماكن العمل والأماكن العامة مثل الحانات والمطاعم ، ومجالات الترفيه الأخرى. وتجد في الولايات المتحدة أن الأمراض الناتجة عن التدخين القسري هي أكثر من الناتجة عن التدخين المباشر باستخدام السجائر ، والسيجار ، وسائر منتجات التبغ (٤)



## ٢. كيف يمكن قياس التعرض للتدخين القسري؟

يمكن قياس التدخين القسري من خلال اختبار الهواء داخل الأماكن المغلقة المكونة لمادة النيكوتين أو غيرها من المواد المكونة للسجائر. ويتم التعرض للدخان القسري وقياس مستوى النيكوتين (أ النيكوتين المنتج داخل الجسم) في جسم غير مدخن وفي الدم واللعاب أو البول (١). والنيكوتين ، والكوتينين ، وأول أكسيد الكربون ، وغيرها من الأدلة التي تدل على التدخين القسري والتي يمكن العثور عليها في سوائل الجسم لغير المدخنين الذين يتعرضون للتدخين القسري

## ٣. هل يحتوي التدخين القسري على مواد كيميائية ضارة؟

الإجابة هي نعم ، فلقد تم تحديد ما يزيد على أكثر من ٤٠٠٠ نوع من المواد الكيميائية يحتويها التدخين القسري ، وهناك ما لا يقل عن ٢٥٠ نوع من هذه المواد الكيميائية المعروفة لدينا ضارة جدا ، وهناك ما يزيد عن ٥٠ نوعا منها تسبب السرطان. وتشمل هذه المواد الكيميائية على ما يلي (١):

- الزرنخ (أ وهو من سموم المعادن الثقيلة)
- البنزين (وهي مادة كيميائية موجودة في البترول)
- البريليوم (أ احدى المعادن المعدن السام)
- الكادميوم (وهو معدن يستخدم في صناعة البطاريات)
- الكروم (وهو عنصر فلزي)
- أكسيد الإثيلين (وهي مادة كيميائية تستخدم في تعقيم الأجهزة الطبية)
- النيكل (وهو عنصر فلزي)
- البولونيوم ٢١٠ (أ وهو من العناصر الكيميائية التي تعطي قبالة الإشعاع)
- كلوريد الفينيل (مادة سامة تستخدم في صناعة البلاستيك)
- وهناك الكثير من العوامل الأخرى التي قد تؤثر على المواد الكيميائية الموجودة في دخان السجائر ، بما في ذلك الأنواع الأخرى من التبغ ، والمواد الكيميائية المضافة إلى التبغ ، والطريقة التي كان يتم تدخينها بها ، وأنواع الورق التي تستخدم لتغليف السجائر ( ١ ، ٣ ، ٤ )



## ٤. هل التعرض للتدخين القسري يسبب السرطان؟

الإجابة هي نعم ، فهو يسبب السرطان. حسب ما نشرت كل من وكالة حماية البيئة الأمريكية (وكالة حماية البيئة) ، وبرنامج والولايات المتحدة الوطني للسموم، ونقابة الأطباء في الولايات المتحدة ، والوكالة الدولية لبحوث السرطان، فجميع هذه الجهات قد اتفقت على أن يتم تصنيف التدخين القسري كواحد من مسببات السرطان ( ١ ، ٣ ، ٥ )

كما أن استنشاق دخان السجائر يسبب سرطان الرئة لدى البالغين من غير المدخنين (٤). كما أن هنالك ما يقارب على ٣٠٠٠ حالة وفاة نتيجة سرطان الرئة تحدث كل عام بين البالغين من غير المدخنين نتيجة تعرضهم للتدخين القسري (٢). وهنالك تقارير قدرت بأن نسبة حدوث سرطان الرئة تبلغ بين (٢٠%-٣٠%) عند الأشخاص غير المدخنين في حالة عيشهم مع أفراد مدخنين (٤)

وتشير بعض البحوث إلى أن التدخين القسري قد يزيد من مخاطر الإصابة بسرطان الثدي وسرطان الجيوب الأنفية، وسرطان البلعوم في البالغين، وسرطان الدم وسرطان الغدد الليمفاوية ، وأورام الدماغ لدى الأطفال (٤) . وهناك حاجة إلى إجراء أبحاث إضافية لمعرفة ما إذا كان بالإمكان إيجاد صلة مباشرة تربط بين التعرض للتدخين القسري وهذه الأنواع من السرطانات

## ٥. ما هي الآثار الصحية الأخرى من التعرض للدخان؟

من الآثار الصحية الأخرى أن التدخين القسري قد يسبب الأمراض والوفاة المبكرة عند البالغين والأطفال من غير المدخنين (٤). والتعرض للدخان يعمل على تهيج الشعب الهوائية ، وتكون آثاره ضارة بشكل كبير على القلب والأوعية الدموية للشخص الغير مدخن. لذا فإنه قد يزيد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة تقدر بحوالي (٢٥-٣٠%) (٤). وفي الولايات المتحدة الأمريكية ، يعتقد بان التدخين القسري هو السبب الرئيسي في وفاة حوالي ٤٦,٠٠٠ من المصابين بأمراض القلب في كل سنة (٦). وقد يمكن أن تكون هنالك صلة مباشرة بين التعرض للتدخين القسري وخطر الإصابة بالجلطات الدماغية وأمراض تصلب الشرايين. ولكن هناك حاجة إلى إجراء بحوث إضافية للتأكد من وجود هذه الصلة وهذا الارتباط

وبالنسبة للأطفال الذين يتعرضون للتدخين القسري فهناك زيادة في حالات متلازمة موت الرضع المفاجئ ، والتهابات الأذن ، ونزلات البرد والتهاب الرئة والتهاب القصبات الهوائية ، وحالات الربو الشديدة.



كما أن التعرض للتدخين القسري يجعل رئة الأطفال تنمو ببطء شديد. بالإضافة إلى أنها ستسبب لهم نزلات البرد وحالات السعال الشديد وأزيز الصدر. بالإضافة إلى شعورهم لدائم بعدم القدرة على التنفس وضيق التنفس الدائم (٤)

## ٦. ما هو المستوى الآمن نتيجة التعرض للتدخين القسري؟

ليس هناك أي مستوى آمن نتيجة التعرض للتدخين القسري. فقد أظهرت الدراسات أنه حتى مستويات التعرض المنخفضة من التدخين القسري يمكن أن تكون ضارة. والطريقة الوحيدة لتوفير الحماية الكاملة لغير المدخنين من التعرض للتدخين القسري هي:

- القضاء نهائياً على التدخين في الأماكن المغلقة
- إجراء فصل بين المدخنين وغير المدخنين
- ووضع الأجهزة التي تعمل على شفط الهواء وتنظيفه
- وتهوية المباني بشكل جيد.

وكل ما يمكن أن يساعد في القضاء نهائياً على إمكانية التعرض للتدخين القسري بين الأفراد الغير مدخنين (٤)

## ٧. ما يجري عمله للحد من التدخين القسري عند غير المدخنين

قامت حكومات الولايات المتحدة والحكومات المحلية بوضع العديد من القوانين التي تحظر التدخين في المرافق العامة مثل المدارس والمستشفيات والمطارات ، ومحطات الحافلات. بالإضافة إلى المطاعم والحانات ، لتكون خالية من التدخين. وذلك لتسليط الضوء على المخاطر الكبيرة الناجمة من التعرض للتدخين القسري .

وقام المعهد الوطني للسرطان. وهو مكون من جميع المعاهد الوطنية الصحية ، بعقد اجتماعات ومؤتمرات في الدول والمقاطعات والمدن أو البلديات التي تعاني من مشكلة التدخين القسري ، ما لم يكن هنالك ظروف معينة تحد من هذه الاجتماعات

ولزيد من المعلومات حول أحدث الأنظمة لمكافحة التبغ يتم أخذها من خلال (مراكز مراقبة الأمراض والوقاية منها) فالدولة تضع العديد من الأنشطة والمتابعات والتقييم لهذه العمليات من خلال الشبكة العنكبوتية. وهو قاعدة بيانات الذي يحتوي على جميع البيانات الحديثة والتاريخية على مستوى الدولة في وقاية ومكافحة التبغ. وتجد هذه المعلومات في موقعهم على الشبكة العنكبوتية

<http://apps.nccd.cdc.gov/statesystem/>



وعلى الصعيد الوطني ، هنالك العديد من القوانين التي تقيد التدخين في الأماكن العامة وقد تم العمل بها . وهناك القانون الاتحادي لحظر التدخين على رحلات شركات الطيران المحلية . وجميع الرحلات الجوية بين الولايات المتحدة وجهات خارجية . ووسائل النقل والحافلات المتنقلة بين الدول، ومعظم القطارات. كما تم حظر التدخين في معظم المباني المملوكة للدولة. والمؤيدة للقانون الأطفال لعام ١٩٩٤ الذي يحظر التدخين في المرافق العامة وذلك لخدمة البالغين والأطفال

فوزارة الخارجية الأمريكية لشؤون الصحة والخدمات البشرية ( DHHS ) والتي من أهدافها أن يكون هنالك مجتمع صحي خالي من التدخين السلبي خلال العام ٢٠١٠ م . قامت على الصعيد الوطني بوضع جدول أعمال لتعزيز الصحة والوقاية من الأمراض . من اجل تحقيق هدفها الأسمى المتمثل في خفض نسبة المدخنين والذين يتعرضون للتدخين القسري من ٦٥% إلى ٤٥% بحلول عام ٢٠١٠ (٧) . ولزيد من المعلومات حول برنامج مجتمع صحي بحلول ٢٠١٠ زوروا الموقع الالكتروني على الشبكة العنكبوتية

<http://www.healthypeople.gov/> .

ودوليا . هنالك عدة دول من بينها فرنسا وايرلندا ونيوزيلندا والنرويج . وأوروغواي . قامت بوضع سياساتها حول منع التدخين بأماكن . بما في ذلك الحانات والمطاعم . لتكون خالية من التدخين



## مراجع مختارة

١. البرنامج الوطني للسموم. تقرير عن المواد المسرطنة. الطبعة الحادية عشرة. وزارة الصحة والخدمات البشرية ، ودائرة الصحة العامة ، البرنامج الوطني للسميات ، ٢٠٠٥
٢. المعهد الوطني للسرطان. التقرير المرحلي للسرطان عام ٢٠٠٣. دائرة الصحة العامة والمعاهد الوطنية للصحة ، وزارة الصحة والخدمات البشرية ، ٢٠٠٤
٣. الوكالة الدولية لأبحاث السرطان. دخان التبغ والتدخين اللاإرادي. ليون ، فرنسا : ٢٠٠٢
٤. دائرة الصحة والخدمات البشرية بالولايات المتحدة. الآثار الصحية الناجمة عن التعرض اللاإرادي لدخان التبغ : تقرير روكفيل ، دكتوراه في الطب : وزارة الصحة والخدمات البشرية ، ومراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها ، مركز التنسيق لتعزيز الصحة ، والمركز الوطني للوقاية من الأمراض المزمنة وتعزيز الصحة ، ومكتب التدخين والصحة ، ٢٠٠٦
٥. وكالة حماية البيئة بالولايات المتحدة. الجهاز التنفسي الآثار الصحية للتدخين القسري (المعروف أيضا باسم التعرض لدخان مستعمل أو دخان التبغ البيئي -- خدمات الاختبارات التربوية بالولايات المتحدة ) وكالة حماية البيئة) ، ١٩٩٢
٦. وكالة حماية البيئة بولاية كاليفورنيا ، ومكتب تقييم المخاطر الصحية البيئية. تحديد المقترح لدخان التبغ البيئي كأحد ملوثات الهواء السامة : الجزء الثاني الآثار الصحية ، ٢٠٠٥
٧. دائرة الصحة والخدمات البشرية بالولايات المتحدة. الأشخاص الأصحاء ٢٠١٠ : التفاهم وتحسين الرعاية الصحية. واشنطن ، العاصمة : مكتب حكومة الولايات المتحدة الأمريكية طباعة ، ٢٠٠٠



## لجنة التحقيق الوطنية والمواد ذات الصلة صفحات ويب

- المعهد الوطني للسرطان حقائق ١٠.١٦ ، أسئلة وأجوبة عن تدخين السيجار والسرطان  
(<http://www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/Tobacco/cigars>)

- المعهد الوطني للسرطان حقائق ١٠.١٩ ، الإقلاع عن التدخين : لماذا لإنهاء وكيفية الحصول على المساعدة  
(<http://www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/Tobacco/cessation>)

- التدخين ومكافحة التبغ كتاب ١٠ : الصحة وآثار التعرض لدخان التبغ البيئي  
(<http://cancercontrol.cancer.gov/tcrb/monographs/10/index.html>)

- لجنة التحقيق الوطنية في التدخين وسرطان الصفحة الرئيسية  
(<http://www.cancer.gov/cancertopics/smoking>)

لمزيد من المساعدة ، الاتصال ب :

لجنة التحقيق الوطنية لمكافحة السرطان العامة للاستعلامات

الهاتف (المجاني) : ١ - ٨٠٠ - ٤ - السرطان (١-٨٠٠-٤٢٢-٦٢٣٧)

الكتابة البعيدة (المجاني) : ١-٨٠٠-٣٣٢-٨٦١٥

LiveHelp ®

للدردشة على شبكة الإنترنت

<http://cissecure.nci.nih.gov/livehelp/welcome.asp>