

دراسة : 14 % انخفاض استخدام التبغ بين الشباب السعودي

<http://www.okaz.com.sa/new/Issues/20110815/PrinCon20110815439704.htm>

المصدر: صحيفة عكاظ

سعاد الشمrani - الرياض



كشفت دراسة عن انخفاض نسبة انتشار استخدام التبغ بين الشباب السعوديين الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و 15 عاماً، من 19.3 في المائة عام 1428 هـ إلى 14.9 في المائة عام 1431 هـ. وأوضح وكيل وزارة الصحة المساعد للطب الوقائي الدكتور زياد ميمش، أن الدراسة شملت 50 مدرسة من مراحل التعليم المتوسط في المملكة، تمثلت في 25 مدرسة للذكور، و25 مدرسة للبنات بمجموع 788 طالباً و 927 طالبة.

أكد أنه وفقاً لنتائج هذه الدراسة فإن نحو 30 في المائة من الشباب الذين شملتهم الدراسة يعيشون في منازل يدخن فيها الآخرون بوجودهم، كما أن 65 في المائة من المدخنين في هذه المرحلة العمرية لديهم الرغبة في الإقلاع عن التدخين. موضحاً أن نتائج هذا المسح أكدت أن 14.9 في المائة يستخدمون أي منتج من منتجات التبغ حالياً 21.2 في المائة فتيان، و9.1 في المائة فتيات، و8.9 في المائة يدخنون السجائر حالياً 3.0 في المائة فتيان، و5.0 في المائة فتيات، و9.5 في المائة يدخنون الشيشة حالياً 13.3 في المائة فتيان، و6.1 في المائة فتيات.

وأضاف أن نسبة 25.3 في المائة يعتقدون أن الذكور المدخنين أكثر جاذبية من غير المدخنين، و17.5 في المائة يعتقدون أن النساء المدخنات أكثر جاذبية من غير المدخنات، الأمر الذي يحتاج إلى تكثيف الحملات

التوعوية لتغيير هذا الاعتقاد الخاطئ. كما أوضحت الدراسة أن 63.8 في المائة يعلمون تأثير التبغ الضار عليهم، و31.1 في المائة ناقشوا في الصف الأسباب التي تجعل من هم في سنهم يدخنون خلال السنة الماضية، و42.1 في المائة تلقوا دروسا تثقيفية حول مخاطر التدخين في الصف خلال السنة الماضية. وأبان ميمش أن المعرضين للدخان السلبي بلغ عددهم 29.5 في المائة يعيشون في منازل يدخن فيها الآخرون في وجودهم، و37.5 في المائة يتعرضون لدخان الآخرين خارج منازلهم، و76.5 في المائة يؤيدون حظر التدخين في الأماكن العامة، وكشف أن الذين يرغبون في الإقلاع عن التدخين بلغ عددهم 64.8 في المائة و68.0 في المائة تلقوا المساعدة للإقلاع عن التدخين. من جانبه، شكر المشرف العام على برنامج التدخين في وزارة الصحة وأمين اللجنة الوطنية لمكافحة التبغ الدكتور ماجد المنيف مسؤولي وزارة التربية والتعليم على تعاونهم مع منسقي برنامج مكافحة التدخين في الشؤون الصحية في مناطق المملكة لإنجاح هذه الدراسة الوطنية.

42,3 بالمائة من «الجامعيات» معرضات للتدخين

<http://www.alyaum.com/News/art/24176.html>

المصدر: صحيفة اليوم الالكترونية



كشفت دراسة ميدانية حديثة عن إدمان 5,3 بالمائة من طالبات إحدى كليات العلوم على التدخين ، فيما استهوت "الشيشة والمعسل" الفتيات بعد أن احتلت النسبة الأعلى للمدخنات بواقع 33,3 بالمائة، وفي الوقت الذي أشارت الدراسة إلى أن 42,3 بالمائة من الطالبات الجامعيات معرضات للتدخين نتيجة تدخين آبائهن وأقاربهن، وأوضحت مدير برنامج مكافحة التدخين بصحة الشرقية استشاري طب الأسرة والمجتمع الدكتور احلام فهد الدوسري أن الدراسة أثبتت ارتفاع نسبة التدخين في إحدى كليات العلوم إلى 2 بالمائة تقريبا خلال الخمسة أعوام الماضية بعد أن كانت 3,4 بالمائة عام 2005 م الماضي ، مبينة أن الارتفاع الملحوظ يدق

ناقوس الخطر في مجتمع الطالبات خاصة ان النسبة مقلقة في مكافحة التدخين وهو ما يتطلب توعية وعلاجاً سريعاً في هذا الجانب.

وأشارت إلى أن الدراسة جاءت خلال حملة لمكافحة التدخين استفاد منها 500 طالبة واستمرت اسبوعاً كاملاً وتضمنت محاضرات توعوية ومعرضاً عن اضرار التدخين الصحية، وأكدت نتائج الدراسة أن معظم الطالبات يدخن الشيشة والمعسل بنسبة 33,3 بالمائة فيما تستهوي السجارة 11,1 بالمائة والتي انخفضت بشكل كبير عن نسبتها السابقة المتمثلة في 54,5 بالمائة قبل بضعة اعوام ، مشيرة إلى أن نسبة المعرضات للتدخين السلبي تقارب 42,3 بالمائة نتيجة تدخين آبائهن واقاربهن وهو ما يتطلب رفع الوعي الصحي لديهن بالاستمرار بعمل معارض وحملات لمكافحة التدخين، وقالت الدوسري إن العيادات المتخصصة تقوم بعمل بحث واستقصاء مفصل عن حالة المريضة عند رغبتها في تلقي العلاج ، ويدون تاريخ المرض وفترة التدخين وكم سجارة في اليوم بالإضافة إلى عمل التحاليل الضرورية وطالبت مسئولتي وزارة الصحة بزيادة عدد العيادات وتوفير المعدات اللازمة والكادر الطبي المدرب إضافة إلى العلاج المساعد للاقلاع عن التدخين سواء بدواء النيكوتين او دواء الشامبكس.

«لوبي التبغ» يعرقل صور التحذير على علب السجائر

http://www.kolalwatn.net/saudi_local/mamlaka_news/14637.html

المصدر: صحيفة كل الوطن



كل الوطن - متابعات: كشفت مصادر مطلعة عن وجود تحركات يقودها لوبي شركات التبغ لتأخير إقرار وضع صور تحذيرية على منتجات التبغ في كافة دول الخليج.

وقالت المصادر: إن هذه الشركات تحركت لتأخير صدور قرار وضع الصور التحذيرية ضمن المواصفات القياسية للمنتج من هيئة التقييس الخليجية، وذلك بعدما لمست هذه الشركات من تأثيرات على مبيعاتها في الدول التي ألزمت هذه الشركات بوضع الصور التحذيرية عوضاً عن عبارة التحذير الإلزامية التي تضعها هذه الشركات على منتجاتها ولم تحقق الهدف المنشود منها.

وبين المصدر أن نشاط هذا اللوبي لا يقتصر على المملكة لوحدها بل شمل جميع دول مجلس التعاون حيث تسعى هذه الشركات إلى إبطاء صدور القرار الذي ما زال يتداول في هيئة التقييس، وبالتالي كسب وقت أكبر في استهداف أكثر شريحة من المدخنين وتورط المزيد في هذه الآفة. وكان المدير العام للمكتب التنفيذي لمجلس وزراء الصحة لدول مجلس التعاون البروفيسور توفيق بن أحمد خوجة قال: إن وضع الصور سيكون واقعاً خلال أشهر، وإن هذه الخطوة ستشكل تحولاً في مسيرة العمل الخليجي في مجال مكافحة التبغ بكافة أشكاله.

وأضاف: إن أبرز ما تم الاتفاق عليه أن تكون الصور التحذيرية في الجزء السفلي من العبوة على مساحة قدرها 50 بالمائة من مساحة كل من الوجه الأمامي والخلفي للعبوة، وتم اختيار 5 صور منها ثلاث صور لعلب السجائر وصورتين لمنتجات الشيشة.

وكانت وزارة الصحة أعلنت نتائج دراسة أعدتها بمشاركة كل من منظمة الصحة العالمية ومركز التحكم

بالأمراض بالولايات المتحدة الأمريكية (CDC) أن نسبة انتشار استخدام التبغ بين الشباب انخفضت لمن تتراوح أعمارهم (13-15) سنة من 19.3 بالمائة عام 1428هـ إلى 14.9 بالمائة عام 1431هـ.

أن نشاط هذا اللوبي لا يقتصر على المملكة لوحدها بل شمل جميع دول مجلس التعاون حيث تسعى هذه الشركات إلى إبطاء صدور القرار الذي ما زال يتداول في هيئة التقييس، وبالتالي كسب وقت أكبر في استهداف أكثر شريحة من المدخنين وتورط المزيد في هذه الآفة.

وشملت الدراسة "50" مدرسة من مراحل التعليم المتوسط بالمملكة كانت لـ (25 مدرسة ذكور - 25 مدرسة بنات) وبمجموع "1715" طالباً (788 ذكورا - 927 إناثا).

وتبين أن حوالي 30 بالمائة من الشباب الذين شملتهم الدراسة يعيشون في منازل يدخن فيها الآخرون بوجودهم كما أن 65% من المدخنين في هذه المرحلة العمرية لديهم الرغبة في الإقلاع عن التدخين.

وأكدت الدراسة أن 14.9 بالمائة يستخدمون أي منتج من منتجات التبغ حالياً (فتيان 21.2% = فتيات 9.1 بالمائة) و8.9 بالمائة يدخنون السجائر حالياً (فتيان 13.0 بالمائة، فتيات 5.0 بالمائة)، و9.5 بالمائة يدخنون الشيشة حالياً (فتيان 13.3 = بالمائة، فتيات = 6.1 بالمائة)

وأضافت الدراسة أن نسبة 25.3 بالمائة يعتقدون أن الذكور المدخنين أكثر جاذبية من غير المدخنين، و17.5 بالمائة يعتقدون أن النساء المدخنات أكثر جاذبية من غير المدخنات الأمر الذي يحتاج لتكثيف الحملات التوعوية لتغيير هذا الاعتقاد الخاطيء، كما أوضحت هذه الدراسة أن 63.8 بالمائة يعلمون تأثير التبغ الضار عليهم، و31.1 بالمائة ناقشوا في الصف الأسباب التي تجعل من هم في سنهم يدخنون خلال السنة الماضية، و42.1 بالمائة تلقوا دروساً تثقيفية حول مخاطر التدخين في الصف خلال السنة الماضية.

كما أن المعرضون للدخان السلبي بلغ عددهم 29.5 بالمائة يعيشون في منازل يدخن فيها الآخرون في وجودهم، و37.5 بالمائة يتعرضون لدخان الآخرين خارج منازلهم، و76.5 بالمائة يؤيدون حظر التدخين في الأماكن العامة. وكشفت أن الذين يرغبون في الإقلاع عن التدخين بلغ عددهم 64.8 بالمائة و68.0 بالمائة تلقوا يد المساعدة للإقلاع عن التدخين.

فوائد الإقلاع عن التدخين

http://www.aleqt.com/2011/08/15/article_569713.html

المصدر: صحيفة الاقتصادية

عندما يتوقف المدخن بعد أسبوع فإن وظائف الجسم تكون كالآتي :

1. تتحسن قدرة الرئتين على القيام بوظيفتها بما يزيد على 30 في المائة .

2. يقل السعال والاحتقان في الجيوب الأنفية .

3. يقل الشعور بالأرق .

4. تزداد الشعيرات الدقيقة في القصبات الهوائية والرئتين مما يزيد من قدرة الرئتين على طرد المخلفات والترسبات. والمناعة ضد الأمراض والالتهابات الصدرية .

5. تزداد طاقة الجسم بشكل عام.

شارك معنا في رفض آفة التبغ عبر منتدى المشاركات المجتمعية

<http://forum.sa-tcp.com/>

الصحف والمواقع العربية

نسبة المخاطر أكثر بمقدار الربع من الرجال

النساء المدخنات أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب من الرجال

<http://www.alarabiya.net/articles/2011/08/14/162237.html>

المصدر: العربية نت



دبي - العربية نت

أوضحت نتائج دراسة استغرقت أكثر من 30 سنة أن مخاطر الإصابة بأمراض القلب هي أكثر عند المرأة منها عند الرجل.

وشملت الدراسة 2.4 مليون مدخن، وأعدّها فريق باحثين في جامعة منيسوتا الأمريكية أن النساء أكثر عرضة للإصابة بالمرض من الرجال.

وراجعت الدراسة الجديدة 75 صنفاً من المعلومات التي توافرت عليها دراسات سابقة امتدت للفترة من العام 1966 إلى العام 2010، وتناولت دراسات سابقة عن زيادة التدخين لدى الجنسين ونسبة الإصابة بمرض تصلب شرايين القلب ومن ثم احتمال التعرض إلى أزمات قلبية بمقدار الضعف.

بالرغم من أن الباحثين لم يتوصلوا إلى أسباب الفروقات في الإصابة بالمرض بين النساء والرجال، فإنهم يرجعونها إلى صنفين من الاحتمالات، أول الأسباب هو الفروقات البيولوجية الفطرية بين الرجل والمرأة، ما

يعني أن المرأة أكثر عرضة للإصابة بمرض تصلب شرايين القلب من الرجل، والسبب الثاني ترجع إلى الطريقة التي تتعاطى فيها النساء التدخين.

ورأى معدو الدراسة أن طبيعة تكوين المرأة قد تسهم في امتصاص كميات أكبر من السميات التي يحتويها التبغ من عدد السجائر ذاته التي قد يستهلكها كل من الرجل والمرأة، وفقاً لما نشر في موقع محطة "بي بي سي" البريطانية.

وقالت وكيلة المدير التنفيذي لمؤسسة "ناشونال هارت" البريطانية جين لاندن: "في كثير من دول العالم عادة ما تنظر شركات التبغ إلى النساء كونهن يمثلن سوقاً رائجة لاستهلاك السجائر."

يُذكر أن نسبة مخاطر الإصابة بأمراض القلب هي أكثر بمقدار الربع لدى النساء المدخنات، ووصفت مؤسسة العناية بالقلب البريطانية نتائج الدراسة بـ"المخيفة"، خصوصاً وأن النساء اعتدن تدخين عدد أقل من السجائر مقارنة بعدد السجائر التي يدخنها الرجال.

وتعتبر منظمة الصحة العالمية أن أمراض القلب من أكثر الأمراض فتكاً بالناس، إذ يموت بسببها أكثر من 7 ملايين إنسان كل سنة، وتتأثر الإصابة بمرض القلب بنمط الحياة التي يعيشها الفرد، لكن يبقى التدخين السبب الرئيس للإصابة به.