

## جمعية القلب السعودية تطالب المالية برفع أسعار التبغ

[http://www.alwatan.com.sa/Nation/News\\_Detail.aspx?Article1](http://www.alwatan.com.sa/Nation/News_Detail.aspx?Article1)

المصدر: صحيفة الوطن



علماء غربيون مشاركون في المؤتمر

كشف رئيس جمعية القلب السعودية الدكتور هاني نجم عن رفع الجمعية تقريراً إحصائياً عن التدخين ومضاره إلى وزارة المالية السعودية لرفع أسعار التبغ والحد من هذه الآفة الضارة التي تهدد أبناء هذا الوطن، مبيناً أن الجمعية تعتبر أكبر منظمة للعناية بأمراض القلب وطرق الوقاية منها في الخليج العربي بشكل خاص والشرق الأوسط بشكل عام.

وأشار الدكتور نجم إلى أن الجمعية قامت بتنشيط اللجنة الوطنية للإنعاش القلبي في جميع القطاعات الصحية من مختلف أنحاء المملكة بالتعاون مع وزارة الصحة وذلك بهدف تطوير المهارات السريرية والفنية لدى العاملين فيها، لافتاً إلى أن الجمعية دربت ما يقارب 500 ألف ممارس من أطباء وفنيين وممرضين في الإنعاش القلبي. كما تعمل الجمعية على تمثيل 75% من الممارسين الصحيين لطب القلب وعلومه في مختلف مراكز القلب داخل السعودية.

جاء ذلك، خلال كلمة رئيس الجمعية صباح أمس في حفل افتتاح المؤتمر العالمي الثالث لعلوم طب القلب الذي ينظمه مركز الأمير سلطان لمعالجة أمراض وجراحة القلب في الأحساء في قاعة المؤتمرات بفندق

الأحساء انتركونتيننتال لمدة 4 أيام بمشاركة 32 عالماً واستشارياً ومتخصصاً من المملكة ومختلف دول العالم، برعاية أمير المنطقة الشرقية الأمير محمد بن فهد بن عبدالعزيز، وبحضور محافظ الأحساء الأمير بدر بن محمد بن جلوي آل سعود.

وأكد رئيس ومؤسس المؤتمر مدير مركز الأمير سلطان لمعالجة أمراض وجراحة القلب في الأحساء الدكتور عبدالله بن عبدالرحمن عبدالقادر، خلال كلمته في الحفل، أن المؤتمر سيلفت نظر المجتمع العالمي إلى الفجوة الكبرى في الممارسة الطبية لعلوم طب القلب التي نتجت عن عدم إعطاء البعد الزمني الأهمية المطلوبة في تشخيص وعلاج أمراض القلب، وبالأخص اضطرابات النبض وارتفاع ضغط الدم الشرياني وذلك من خلال علم طب القلب الزمني، وسيقود محاضرات وورش عمل هذا المحور مؤسس علم أحياء الزمن العالم الأمريكي الدكتور فرانز هالبرج، وكذلك فيما يخص عوامل الخطر لتصلب الشرايين التاجية والموت المفاجئ، وأن هذا المؤتمر سيؤكد للعالم أجمع الخطأ الكبير في الممارسة الطبية إهمال عواقب ارتفاع مادة الهوموستين من خلال أبحاث أصيلة في المجال، وكذلك استمرار الجدل في شكوك أهمية الكوليسترول في عملية تصلب الشرايين، مما يؤكد أهمية إعادة النظر في هذا الموضوع ذي العواقب الطبية الكبيرة على شعوب العالم والأعباء الاقتصادية الضخمة على برامج تطوير الدول وبالأخص الفقيرة منها.

وأبان الدكتور عبدالقادر أن المؤتمر سيشهد إعلان التقرير النهائي لأكبر مشروع بحثي في تاريخ الطب للكشف عن عوامل الخطر الجينية والبيئية وهو المشروع الوطني السعودي لتشوهات القلب الخلقية وهو مشروع بحثي ضخم أسس له من على أرض المملكة وبدعم من مدينة الملك عبدالعزيز للعلوم والتقنية.

**"من يقول للشور إنني عنتر!"**

<http://www.alwatan.com.sa/Articles/Detail.aspx?ArticleId=2264>

**المصدر: صحيفة الوطن**

هذه فكرة طريفة خفيفة.. وللأمانة فالفكرة ليست من بنات أفكاري.. بل طلب مني أحد الإخوان - من ذوي وزن الريشة - طرحها..

هذه فكرة طريفة خفيفة.. وللأمانة فالفكرة ليست من بنات أفكاري.. بل طلب مني أحد الإخوان - من ذوي وزن الريشة - طرحها..

الآن إمام الجامع وطبيب القلب والواعظ والكاتب والاختصاصي.. كل هؤلاء ينصحون الناس عن خطورة التدخين:

التدخين سبب رئيسي للسرطان..

التدخين سبب لأمراض القلب والشرايين..

التدخين يستنزف الصحة والمال..

التدخين عادة سيئة.. التدخين يؤدي الآخرين.. الزوجة بالذات من أكثر المتضررين حينما يكون زوجها مدخناً!

المؤسسات الصحية في البلد - على رداة كثير منها - تعاني من تبعات التدخين.. حيث إن ممراتها تتكدر بالمدخنين الذين يعانون الأمراض..

لكن في المقابل - وهذه فكرة الأخ - هؤلاء جميعا يتسببون في معضلة أخرى للآخرين.. وهي السمنة.. فإمام الجامع وزنه يتجاوز المئة كيلوجرام.. وكذلك طبيب القلب والواعظ.. وهناك بعض الكتاب أوزانهم تتجاوز المئة كيلو..

السمنة أشد خطورة من التدخين - من وجهة نظري - السمنة سبب رئيسي لأمراض القلب والشرايين وصعوبات التنفس، فالوزن المرتفع يجهد القلب والرئتين.. السمنة أيضاً سبب للكوليسترول.. والسكر والضغط وأمراض المفاصل والعمود الفقري.. والجلطات والسكتة الدماغية والوفاة المبكرة.. وتعاني تبعات سمنتهم المؤسسات الصحية!

بل إن هؤلاء تمتد أضرارهم إلى زوجاتهم.. فأى رومانسية تعيشها زوجة كالغزال مع رجل بحجم الفيل؟!

مشكلة هؤلاء أنهم تصدوا للمدخنين ونسوا أنفسهم.. وذهبنا نحن نستمع إليهم، ونسبنا أن نوجه أصابعنا نحوهم.. وإلا من يستطيع مقاطعة خطيب الجمعة الذي يخطب في الناس عن أضرار التدخين، ويقول له أنت أيضاً تؤذي نفسك، وتؤدي الآخرين؟!

**دعوة لتفعيل قرارات منع بيع التبغ للصغار**

<http://www.alyaum.com/issue/article.php?IN=13619&I=787515&G=1>

**المصدر: صحيفة اليوم الإلكترونية**



مدارس «تبني» .. ومحلات «تهدم»



البيع بـ«الحبة» يدعم المدخنين «الفقراء» ويوفر المكسب المطلوب

إبراهيم اللويم - الدمام

بينما استعدت مدارس وزارة التربية والتعليم، للعام الدراسي الجديد، بحزمة من الفعاليات والأنشطة التي تعيد الطلاب والطالبات، إلى البيئة الدراسية التي غابوا عنها قرابة أربعة أشهر، في المقابل، استعدت محال تجارية ويقالقات وبوفيهات، تقع بالقرب من هذه المدارس، لحزمة من المخططات التسويقية، التي تعكر صفو العملية التعليمية من جانب، وتجلب لها الربح المرضي من جانب آخر، إذ رأت هذه المحلات أن بيع السجائر على الطلاب، يحقق لها أحلامها المادية، وابتكرت من أجل ذلك أساليب ترويجية، لا يمكن مقاومتها، فباعت السجائر بـ«الحبة»، لتحفيز من لا يجد المال الكافي من الطلاب، على التدخين، ووصل الأمر بها إلى توصيل السجائر إلى الطلاب في مدارسهم أثناء فترة الفسح، وتمادى بعضها في استضافة المدخنين من الطلبة لديها، وكانت النتيجة أن حرص الطالب المدخن على زيارة هذه المحلات، قبل التوجه لمدرسته.

العادات السيئة

يطالب يوسف الفرج (ولي أمر) بضرورة «التشديد على المحلات التجارية القريبة من المدارس، بعدم بيع السجائر للطلبة، مهما كانت المغريات، التي يقدمها بعض الطلبة للباعة، خاصة أن غالبية الباعة هم من الأجانب»، مشيراً إلى أن «هذا يساعد الطلاب ويحفزهم على ممارسة عادة التدخين أثناء الدوام الدراسي»، محذراً من أن «عدم الرقابة على تلك المحلات ينشر العادات السيئة».

وأضاف الفرج: «ألاحظ بعض الطلاب الذين يدرسون في المرحلتين المتوسطة والثانوية، ممن تتراوح أعمارهم بين 15 و19 عاماً قبل توجيههم إلى المدرسة في الصباح، يتجهون إلى هذه المحلات لشراء كميات من السجائر، في غفلة من أولياء أمورهم، وبدلاً من أن يرفض البائع طلبهم، ويمتنع من بيعهم، تجده يتجاوب معهم، وهو ما يعتبر تجاوزاً صريحاً للقوانين الدولية، التي تحث على منع بيع التبغ لمن هم دون 18 عاماً، نظراً للآثار السلبية التي يخلفها التدخين على النشء، خاصة وأن هؤلاء الطلاب يعتبرون في مرحلة التكوين الجسماني، وقد يؤثر التدخين المبكر على صحتهم العامة».

تحمل المسؤولية

وذكر عمر الغامدي (معلم) أن «الطلاب الذين يدخنون السجائر، لا يعون ما يقومون به من تصرفات، وذلك لخبرتهم القليلة في الحياة، وكذلك عدم وجود من يردعهم عن أفعالهم الطائشة»، مضيفاً: «التمادي في هذه التصرفات، جعلهم يعتقدون أن ممارسة التدخين هي من الظواهر الحديثة التي تشير إلى الرجولة والقوة، يضاف إلى ذلك أن بعض الطلاب يرون في التدخين عادة، قد تساعدهم في التعبير عما بداخلهم، وكذلك على

تحمل المسؤولية»، مضيفاً: «هناك أساليب عدة يستخدمها رفقاء السوء في المدارس والجامعات، لإقناع زملائهم بالتدخين، حتى لا يكونوا هم وحدهم الذين يلجأون لهذه العادة السيئة».

### عمر الزهور

أما عبدالرحمن القحطاني (ولي أمر) فيقول: «كبار السن ممن ابتلوا بعادة التدخين يتضررون من آثاره الصحية التي أصبحت تعيقهم في حياتهم»، متسانلاً «فكيف بمن هم في عمر الزهور؟».

وأضاف: «بدلاً من أن نساهم نحن الآباء والمسؤولين في إعداد جيل قوي بصحة جيدة، نجد أن هناك بائعين ينتشرون بالقرب من مقر المدارس، يبيعون السجائر على الطلاب الراغبين، بل أن بعضهم يبيعون السجائر بالحبة للاستخدام السريع والوقتي، لأنهم يدركون أن عدداً كبيراً من الطلاب لا يمكنهم الاحتفاظ بعلب السجائر في جيوبهم، حتى لا يراها أحد»، مؤكداً أن هذا الأمر يحدث «في ظل غياب الوازع الديني أو الضمير أو عن جهل منهم، فلا يهتمهم سوى الحصول على الثمن بغض النظر عن يشتري».

### جلب السجائر

وينبه خالد الماجد (معلم) من أن «المشكلة لا تقتصر فقط على الطلاب فقط، بل ما هو أدهى أن هناك أيضاً طالبات يقمن بشراء السجائر من بعض المحلات القريبة من مدارسهن، إذ غزت سجاير النساء الملونة، مدارس البنات، والتي تباع بأسعار متفاوتة»، مستدرِكاً «هذا يستدعي أن نطالب الجهات المعنية بفرض عقوبات مشددة على البائعين، ومنع جلب السجائر في هذه المحلات نهائياً من أجل الحفاظ على صحة هؤلاء الفتية، وبالتالي على صحة المجتمع»، محذراً من أن «الصغار دوماً يقلدون بعضهم البعض، وإذا استشرت هذه المشكلة، يمكن إن تؤدي إلى عواقب وخيمة».

### قرار صارم

ويرى خالد الخليفة (معلم) أن «القرارات الصادرة من قبل إدارة التعليم، بمحاربة أفة التدخين التي تفتت في أوساط المدارس، وتحديدًا بين طلاب المرحلة الثانوية، لم ولن تجدي نفعاً بتاتاً، لم تدعم البلدية هذه القرارات بقرارات أخرى، تشدد على منع التدخين في البقالات والمحلات التجارية، لذا يجب فرض قرار صارم، يمنع بيع التبغ ومشتقاته في المحال القريبة من المدارس، كما لا بد أن يمنع البيع لمن هم دون سن الثامنة عشر عاماً، تطبيقاً لقرارات الدولية، التي تصدر عن المنظمات الدولية، وعلى رأسها منظمة الصحة العالمية».

ويتابع الخليفة «إذا كان هناك قرار بهذا الخصوص، ينبغي أن يفعل، ولا يمكن التهاون فيه، وأن يعمم مع كل بداية عام دراسي، ولكن ما نراه من تهاون من قبل الكثير من أصحاب البقالات الواقعة في الأحياء السكنية، وبالقرب من المدارس، يجعلنا نشعر بأن مطالباتنا كلها سوف تكون في مهب الريح».

### صحة الطلاب

ويؤكد سامي الصقر أن هؤلاء الباعة «غير سعوديين، وهذا يجعلنا نشير إلى أن المحافظة على صحة الطلاب، وإبعادهم عن التدخين، أمر لا يعنيهم»، موضحاً أن «هؤلاء الباعة في أغلب الأحيان، يضربون بجميع التعليمات التي تصدرها البلدية عرض الحائط، وكأن تلك القرارات لا تعنيهم، حيث لم يكتفوا ببيع «علب السجائر» على الطلبة باختلاف أعمارهم، بل يتماذى كثير منهم، وخاصة الذين تقع بقالاتهم بالقرب

من المدارس، باختلاف المراحل، بابتكار طرق عدة للبيع، تراعي ظروف الطلبة المادية، وتحقق لهم إرباحاً مضاعفة، مثل بيع السجائر بالحبة، وبعضها يستضيف الطلاب لبضع دقائق، أثناء التدخين، فيما يشبه «غرز» التدخين في الأفلام العربية».

### علبة السجائر

ويحذر علي الصفار من «طريقة بيع السجائر بالحبة، التي يمارسها الباعة مع بعض الطلاب»، موضحاً أن «هذه الطريقة معروفة منذ مدة، وما زالت مستخدمة ودارجة، حيث يقوم البائع بيع لفافات التبغ بالحبة الواحدة، بسعر ريال واحد، وفي هذه الطريقة، تحفيز مباشر للطلاب المدخن الذي لا يملك قيمة علبة السجائر»، مؤكداً أن «هذا الأسلوب يجني ربحاً جيداً، لأن البائع سوف يكسب حوالي 20 ريالاً في بيع كل علبة تبغ»، مضيفاً «هذا الأسلوب دفع الكثيرين منهم إلى فتح محلاتهم قبل وصول التلاميذ إلى مدارسهم».

### المرحلة الثانوية

احمد الرويشد، أحد طلاب المرحلة الثانوية المدخنين، يعترف أنه يدخن السجائر منذ أكثر من سنتين، ويقول: «أحصل على السجائر من البقالة القريبة من بيتنا في الحي، والمجاورة للمدرسة بالدين، نظراً لأنني «في الغالب، لا أملك قيمة العلبة والتي يصل سعرها إلى سبعة ريالات»، موضحاً أن «مصرفي متواضع، ولكن البائع يعرفني ويثق في أنني سأسدد قيمة السجائر لاحقاً في حال توفر المبلغ لدي».

وعن الدوافع التي جعلته يمارس عادة التدخين يقول الرويشد: «لا يوجد دوافع معينة، وإنما هو فضول ورغبة في التقليد، خاصة أنني اجتمع مع زملائي الطلاب، أثناء الدوام الدراسي، وبعيداً عنه، وغالبيتهم يدخنون السجائر، وبعضهم يدخن الشيشة، وهذا جعلني أرغب في تقليدهم، على العلم أنني أدرك الإضرار التي يسببها التدخين على الصحة العامة».

### سور المدرسة

ويحزن الطالب أبو بكر الغامدي من رؤيته إقبالاً كبيراً على شراء السجائر من قبل زملائه المدخنين من البقالات، ويقول: «زملائي اعتادوا أن يدسوا السجائر في ملابسهم أو داخل كتبهم، ويدخلوها للمدرسة من أجل تعاطيها في أوقات الفسح، بعيداً عن المراقبين والمعلمين»، موضحاً أن بعض الطلاب يتفقون مع البائع بأن يجلب السجائر لهم إلى مدارسهم، وينتظرونه بالقرب من سور المدرسة من الداخل، ليعطيهم إيها، حيث تجدهم يلزمون المكان ولا يستطيعون أن يبتعدوا عنه بضعة أمتار».

يحذر الدكتور محمد الغامدي استشاري طب الأسرة في قسم التوعية بالرعاية الصحية الأولية بمنطقة الرياض من «أضرار التمادي في التدخين من قبل أبنائنا الطلبة، وخاصة صغار السن، ويقول: إن «التدخين يصيب كل أعضاء الجسم بالأمراض المختلفة منذ الصغر، كما يسبب أمراضاً خطيرة، مثل القلب والذبحة الصدرية وسرطان الرئة، لأن هذه الأمراض هي المنتشرة في هذه الأعمار».

## مدرسة تفتش عن السجائر في المحلات المجاورة

<http://www.alyaum.com/issue/article.php?IN=13619&I=787516&G=1>

المصدر: صحيفة اليوم الإلكترونية



يؤكد حسين الزهراني مدير مدرسة ابن الحاجب أن «إدارتي تقوم بعمل جولات مستمرة على المحلات التي تحيط بالمدرسة في فترتي الحضور والانصراف، للتأكد من أنها لا تباع السجائر على الطلاب»، مضيفاً: «إن هذه الزيارات تشعر الباعة الذين يسعون وراء جشعهم ببقظة إدارة المدرسة، والتصدي لهم بالمرصاد، إذا تجاوزت التعليمات». وقال: «قمنا بالاتصال على البلدية للتصدي للعمالة الوافدة العاملة في هذه البقالات، والتي ثبت قيامهم ببيع السجائر على الطلاب، من أجل تحقيق مكاسب مادية كبيرة، واستنزاف المصروف اليومي لأبنائنا، وطالبنا بفرض عقوبات رادعة عليهم، تصل إلى حد سحب رخصة عمل البائع، وإغلاق المحل إن تكرر ذلك، بعد فرض عقوبة رادعة على البائع.»

ويضيف الزهراني «يجب الحد من هذا السلوك البغيض، والذي أسفر عن زيادة عدد المدخنين من الطلاب، المراهقين منهم، والصغار»، مبيناً أن «بيع السجائر بالحبّة، وبسعر ريال واحد، يغري الكثير من الطلبة، وتجرفهم إلى هذا المنحى الخطير في ممارسة عادة التدخين، والذي ينبغي منا جمعينا، نحن أفراد المجتمع أن نكثف جهودنا من أجل حماية أبنائنا الطلاب من هذه العادة المشينة التي سوف تلقي بظلالها على جيل المستقبل لهذا الوطن.»

آفة التدخين

التدخين والفيروسات

[http://www.aleqt.com/2010/09/28/article\\_447870.html](http://www.aleqt.com/2010/09/28/article_447870.html)

المصدر: صحيفة الإقتصادية

يشكل التدخين عاملاً محفزاً جداً لانتشار الفيروسات في الجهاز التنفسي، فالدخان يشكل على الأسنان طبقة صفراء تمنع الماء والمعاجين من الوصول إليها، وبالتالي تكون تلك الطبقة الصفراء حصناً حصيناً لتلك الفيروسات التي ما إن تجد الطريق فإنها تهجم على الجهاز التنفسي وعلى الحلق والأسنان وتسبب تسوسها، وهذا الفيروسات بدورها تساعد على نمو البكتيريا في المجرى التنفسي وتؤدي إلى التهاب الرئة

التي تصبح صلبة وقاسية، ويحدث الالتهاب الرئوي حين يتسلل الـ bronchi إلى الرئة فيسبب التهابها، وللعلم فإن الأمراض البكتيرية التي تتم معالجتها بالمضادات الحيوية. لن تستجيب للمضادات الحيوية في حالة المدخن لوجود موانع كثيرة من الوصول إليها، هذا إضافة إلى أن التدخين في حد ذاته يكون مهيجا كبيرا لها.

لماذا الإصرار على التدخين وهذه هي عواقبه!؟

**دراسة: ارتفاع نسبة خطر الحمل خارج الرحم لدى النساء اللواتي يدخن**

[http://www.aleqt.com/2010/09/27/article\\_447712.html](http://www.aleqt.com/2010/09/27/article_447712.html)

**المصدر: صحيفة الإقتصادية**

لندن : واس

تمكن فريق من العلماء في جامعة العلماء من اكتشاف ارتفاع نسبة خطر الحمل خارج الرحم لدى النساء اللواتي يدخن. حيث يحدث الحمل خارج الرحم عندما يتم زرع البويضة المخصبة خارج الرحم وعادة ما يحدث ذلك في قناة فالوب.

وذكر تقرير صحيفة دايلي ميل اليوم أن هناك نحو 30,000 حالة حمل خارج الرحم تحدث في المملكة المتحدة كل عام لكن نسبة الخطر لدى المدخنات تصل إلى أربعة أضعاف الغير مدخنات.

وكشفت الدراسة عن ارتفاع مستوى البروتين المعروف باسم / بروكر 1 / في قناة فالوب لدى النساء المدخنات. ويعتقد أن ذلك يعمل على عرقلة انتقال البويضة إلى الرحم عن طريق منع العضلات في جدران قناة فالوب من الانقباض.

وتبين الدراسة أيضا كيف تدخل مكونات دخان السجائر إلى مجرى الدم وتؤثر على أعضاء في الجسم مثل الجهاز التناسلي.

كما كشف الفريق العلمي الذي قام بالدراسة أن المادة الكيميائية في دخان السجائر التي تعرف باسم / نيكوتين / وراء تواجد المستويات الضارة من بروتين بروكر 1 في قناة فالوب.

وقال الدكتور اندرو هونو من المركز التابع لجامعة بيولوجيا التناسل توفر هذه الدراسة أدلة علمية تمكننا من أن نفهم لماذا النساء اللاتي يدخن هم أكثر عرضة لخطر الحمل خارج الرحم وكيف يؤثر التدخين على الصحة الانجابية./

شارك معنا في رفض آفة التبغ عبر منتدى المشاركات المجتمعية

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

الصحف والمواقع العربية

التدخين أثناء فترة الحمل يعرض الأم للوفاة

<http://youm7.com/News.asp?NewsID=283518>

المصدر: صحيفة اليوم السابع



التدخين خطر على المرأة الحامل والجنين

كتب على حسان

ذكرت دراسة حديثة أن التدخين له أضرار بالغة على المرأة الحامل، كما أنه يؤثر سلبا على مكان الرحم وينقله من مكانه.

يقول الدكتور عبد الحميد عطية أستاذ أمراض النساء والتوليد بكلية الطب جامعة القاهرة، أن أضرار التدخين على الحوامل، تؤدي إلى قلة نسبة الأوكسجين في الدم مما يؤثر على الجنين ويسبب له أمراض الصدر وضيق التنفس.

ويضيف أن التدخين يتسبب في حدوث حمل خارج الرحم عن طريق تأخر وصول البويضة المخصبة إلى الرحم، مما يؤدي إلى عواقب تؤدي إلى وفاة الأم في النهاية في حالة عدم نزول الجنين.

كما أنه يؤدي إلى انفجار أنبوب فلوب فيحدث نزيف داخلي يؤدي إلى وفاة الأم لأن جدار الرحم سميك ويساعد على تكوين المشيمة، وهذا وفقا للدراسة التي قام بها فريق من الباحثين بقسم بيولوجيا التناسل بجامعة أدنبرة.