

التدخين

إن عادة التدخين آفة حضارية كريمة أنزلت بالإنسان العلل والأمراض كتأثيرها السيئ على الغدد الليمفاوية والنخامية والمراكز العصبية وتأثيرها الضار على القلب وضغط الدم والمسالك التنفسية والمعدة والعضلات والعين الخ...
إنها التجارة التي تعمل على إتلاف الحياة وتدمير الإنسان عقلا وقلبا وإرادة وروحا. والغريب أن الإنسان يقبل على شراء هذه السموم الفتاكة بلهفة وشوق لما تحدثه في كيانهم من تفاعل غريب تجعله يلح في طلبها إلى أن تقضي عليه.
في أوائل القرن السادس عشر ادخل مكتشفوا أمريكا عادة التدخين إلى الحضارة الأوروبية، ومصطلح نيكوتين الذي يتداوله الناس عند التحدث عن التدخين أخذ من اسم جون نيكوت سفير فرنسا في لشبونة والذي دافع عن التبغ وكان يؤكد أن للتدخين فوائد مثل إعادة الوعي وعلاج الكثير من الأمراض .

أضرار التدخين

- ١- أنه يفسد الهواء النقي .
- ٢- أنه تذبذب، والله تعالى يقول : (ولا تبذر تبذيرا) .
- ٣- أنه إسراف ، والله تعالى يقول : (ولا تسرفوا انه لا يحب المسرفين) .
- ٤- أنه يؤدي إلى الإصابة بسرطان الرئة والتهاب الرئة المزمن .
- ٥- أنه يؤدي إلى الإصابة بسرطان الحنجرة .
- ٦- يضعف حاسة الشم والذوق .
- ٧- يزيد عدد ضربات القلب .
- ٨- يؤدي إلى الإصابة بالوهن والضعف العام .
- ٩- يؤدي إلى الإصابة بسرطان الشفة واللسان والفم والبلعوم والمريء والبنكرياس .
- ١٠- أن يتسبب أيضا في حدوث عيوب خلقية .

و التدخين هو عملية يتم فيها حرق مادة، غالبًا ما تكون هذه المادة هي التبغ، حيث يتم تذوق الدخان أو استنشاقه. وتتم هذه العملية في المقام الأول باعتبارها ممارسة لترويح النفس عن طريق استخدام المخدر، حيث يصدر عن احتراق المادة الفعالة في المخدر، مثل النيكوتين مما يجعلها متاحة للامتصاص من خلال الرئة وأحيانا تتم هذه الممارسة كجزء من الطقوس الدينية لكي تحدث حالة من الغفوة والتنوير الروحي. وتعد السجائر هي أكثر الوسائل شيوعًا للتدخين في الوقت الراهن، سواء كانت السجارة منتجة صناعيا أو ملفوفة يدويًا من التبغ وورق لف السجائر. وهناك وسائل أخرى للتدخين تتمثل في الغليون، السيجار، الشيشة،

يعد التدخين من أكثر المظاهر شيوعا لاستخدام المخدرات الترويحي. وفي الوقت الحاضر، يعد تدخين التبغ من أكثر أشكال التدخين شيوعًا حيث يمارسه أكثر من مليار شخص في معظم المجتمعات البشرية. وهناك أشكال أقل شيوعا للتدخين مثل تدخين الحشيش والأفيون. وتعتبر معظم المخدرات التي تُدخن بشكل إدماني. وتصنف بعض المواد على أنها مخدرات صلبة مثل الهيروين والكوكايين الصلب. وهي مواد ذات نسبة استخدام محدودة حيث أنها غير متوفرة تجارياً.

يرجع تاريخ التدخين إلى عام ٥٠٠٠ قبل الميلاد، حيث وُجد في العديد من الثقافات المختلفة حول العالم. وقد لازم التدخين قديما الاحتفالات الدينية؛ مثل تقديم القرابين للآلهة، طقوس التطهير، أو لتمكين الشامان والكهنة من تغيير عقولهم لأغراض التكهن والتنوير الروحي. جاء الاستكشاف والغزو الأوروبي للأميركتين، لينتشر تدخين التبغ في كل أنحاء العالم انتشارًا سريعًا. وفي مناطق مثل الهند وجنوب الصحراء الكبرى بأفريقيا، اندمج تدخين التبغ مع عمليات التدخين الشائعة في هذه الدول والتي يعد الحشيش أكثرها شيوعًا. أما في أوروبا فقد قدم التدخين نشاطًا اجتماعيًا جديدًا وشكلًا من أشكال تعاطي المخدرات لم يكن معروفًا من قبل .

وقد أدت المخاطر الصحية المثبتة عن التدخين كالإصابة بسرطان الرئة والنوبات القلبية إلى قيام الكثير من الدول بفرض ضرائب عالية على منتجات التبغ، بالإضافة إلى القيام بحملات سنوية ضد التدخين في محاولة للحد من تدخين التبغ .

تتعلق المخاطر الصحية الرئيسية الناتجة عن طرق الاستهلاك المختلفة بالإصابة بأمراض القلب والجهاز الدوري والذي يتسبب فيها ناقل التدخين ومع مرور الوقت يسمح بترسب كميات هائلة من المواد المسرطنة في الفم والحنجرة والرئتين .وتعتبر الأمراض الناجمة عن التدخين من أكبر الأسباب المؤدية للوفاة في العالم في الوقت الحاضر، كما تعد من أكبر الأسباب للوفاة المبكرة في الدول الصناعية. وفي الولايات المتحدة ترجع حوالي ٥٠٠.٠٠٠ حالة وفاة سنويًا إلى أمراض متعلقة بالتدخين. كما قدرت دراسة حديثة أن ثلث سكان الصين من الرجال سوف يشهدون انخفاضًا في معدل العمر نظرًا للتدخين .

وتختلف آثار الإدمان على المجتمع بشكل كبير بين المواد المختلفة التي يتم تدخينها وأيضًا المشاكل الاجتماعية التي تسببها، ويرجع ذلك إلى الاختلافات التشريعية وتطبيق قوانين المخدرات حول العالم. وعلى الرغم من أن النيكوتين مادة تسبب الإدمان بشكل كبير، فإن آثارها على الوعي ليست شديدة وملحوظة وموهنة مثل الحشيش والكوكايين وأمفيتامين أو أي مستحضر أفيوني آخر .

تناول الأدوية دون استشارة الطبيب

خلق الله لكل داء دواء ، والأدوية في مضمونها عبارة عن مواد كيميائية تستخدم في علاج الأمراض المختلفة .. ولو استعملت في غير الغرض الموصى به قد تسبب أضراراً بالغة لمتعاطيها .. لذا يجب عدم تناول أي عقار إلا بأمر الطبيب . الطبيب تناول الأدوية دون إشراف طبي واستشارة الصيدلي أمر غاية في الخطورة، حيث إن الطبيب والصيدلي هما اللذان يعرفان المخاطر المحتملة للعلاج وحتى ينصح بتناوله من عدمه.

١ - إن الأدوية التي ينصح بها الطبيب أو الصيدلي في حالة مرضية معينة ليست بالضرورة أن تكون مجدية نفعاً للحالة المرضية نفسها لدى شخص آخر بل على العكس قد تشكل خطراً على حياته.

٢- ويعد تناول الأدوية المسكنة للألم دون وصفة طبية من السلوكيات الشائعة في كافة مجتمعات العالم، حيث تشير الإحصاءات إلى أن ٩٠% من سكان العالم يتناولون مسكنات الألم بين حين وآخر، حيث إن العديد من المرضى يلجأون إلى تناول العقاقير بناء على وصفة صديق "مجرب" والتي لها آثار سلبية في الصحة.

٣- هناك بعض الأدوية التي لا يمكن الحصول عليها إلا بواسطة وصفة طبية، وفي المقابل هناك أدوية أخرى يمكن الحصول عليها من دون الوصفة الطبية إلا أنه وفي كلتا الحالتين قد تسبب هذه الأدوية مضاعفات خطيرة على صحة الإنسان في حال عدم الالتزام.

٤- أن العقاقير التي يتناولها المريض بوصفة طبية مثل المسكنات والتي تحتوي على مواد مخدرة مثل المورفين والكودائين حيث إن الطبيب هو الذي يحدد الجرعة المناسبة ولفترة معينة حتى لا يصاب المريض بإدمان لهذه العقاقير، كما أن هناك البعض وعن طريق الخطأ يتناول مثل هذه المسكنات والتي يمكن لها أن تؤدي إلى توقف مركز التنفس مما يؤدي إلى الوفاة.

إن المهدئات هي من الأدوية التي لا يجري تناولها إلا بواسطة وصفة طبية، وهي تستخدم لعلاج الاضطرابات السلوكية والعصبية والقلق واضطرابات النوم حيث أن لها تأثيراً مباشراً في مراكز الدماغ وبالتالي فإن تناولها يجب أن يكون تحت إشراف طبي متخصص ولفترات محدودة.

كما أن تناول هذه الأدوية وبجرعات خاطئة يؤدي إلى إحباط في مركز الجهاز التنفسي في الدماغ، وقد يؤدي إلى غيبوبة إضافة إلى أنها قد تصيب المريض بالإدمان لهذا النوع من الأدوية.

- ٥- هناك أدوية يتناولها الفرد من دون وصفة طبية إلا أن لها مضاعفات وأضراراً مثل أدوية السعال والحساسية ونزلات البرد حيث أن بعضها تحتوي على مواد مخدرة ويؤدي الإفراط في تناولها إلى أضرار جسيمة، كذلك البخاخات المضادة للاحتقان الأنفي يمكن أن تكون ضارة في حال استخدمها الفرد من تلقاء نفسه أو حسب وصفة صديق له ولمدة طويلة.
- ٦- إن أدوية إنفاص الوزن التي يتناولها العديد من دون العودة إلى الطبيب المختص تلحق أضراراً في الجسم حيث أن كل جسم إنسان يختلف عن الآخر، وبذلك يستطيع الطبيب وحده تحديد الدواء المناسب وبالجرعة المحددة للحالة المرضية.
- ٧- سوء استعمال المضادات الحيوية ساعد على انتشار أنواع مختلفة من الميكروبات و التي تتميز بمقاومتها للمضادات الحيوية المتداولة (BACTERIAL RESISTANCE)، وهذا يؤدي إلى انتشار كثير من الأمراض الخطيرة وغير النمطية.
- كما أن له تأثير ضار على أجهزة الجسم المختلفة ؛ فمثلاً مركبات البنسلين قد تؤدي إلى أنواع مختلفة من الحساسية مثل الطفح الجلدي والحساسية المفرطة
- وللمضادات الحيوية تأثير ضار على النخاع الشوكي مما يؤدي إلى نقص في كرات الدم البيضاء بشكل يثبط مقاومة الجسم للأمراض المختلفة كما أنها تؤثر على الجهاز الهضمي حيث تؤدي إلى الشعور بالغثيان والقيء ، كما تعمل على نمو كثير من الفطريات بالجهاز الهضمي وحدوث تقلصات وانتفاخ بالأعما
- ٨- بعض المضادات الحيوية مثل الأمينوكلايكوسايدس و السيفالوسبورين لها تأثير ضار على الكليتين مما قد يؤدي إلى فشل كلوي حاد أو مزمن.
- هناك مضادات حيوية قد تؤثر على الأعصاب الطرفية بالجسم وقد تؤدي إلى آثار ضارة بمراكز المخ المختلفة.
- بعض المضادات الحيوية خاصة المستعملة في علاج الدرن لها تأثير ضار بالنسبة للكبد مثل زيادة إنزيمات الكبد والصفراء.
- ومنها فيتامين أ ، مجموعة فيتامين ب ، وفيتامين ج ، وحامض الفوليك ، والنيوتين ، وحمض بارا أمينو ننتترويك، وكذلك الأدوية المنشطة للذاكرة مثل الجثيثنج ، وزيت جنين القمح ... وزيادة الجرعات من الفيتامينات عن احتياجات الجسم يسبب السمية ويضر بالكبد والكلية وقد تظهر على الجلد مظاهر وهذه الأدوية يوصى باستخدامها تحت الإشراف الطبي نظراً لتأثيرها على الجهاز الدوري.
- ٩- تُعد هذه المستحضرات مركبات كيميائية لذا فإن سوء استخدامها ، أو استخدام الأنواع الرديئة غير معلومة المصدر منها قد يسبب حساسية الجلد والأرتكاريا وإكزيما الجلد والتهاب بصيلات الشعر بدرجة تؤدي إلى سقوط الشعر خاصة لدى ذوى الجلد الحساس من الأطفال والنساء .