



معهد الجراحي للعلوم الصحية
مشروع التخرج
قسم مساعد طبيب

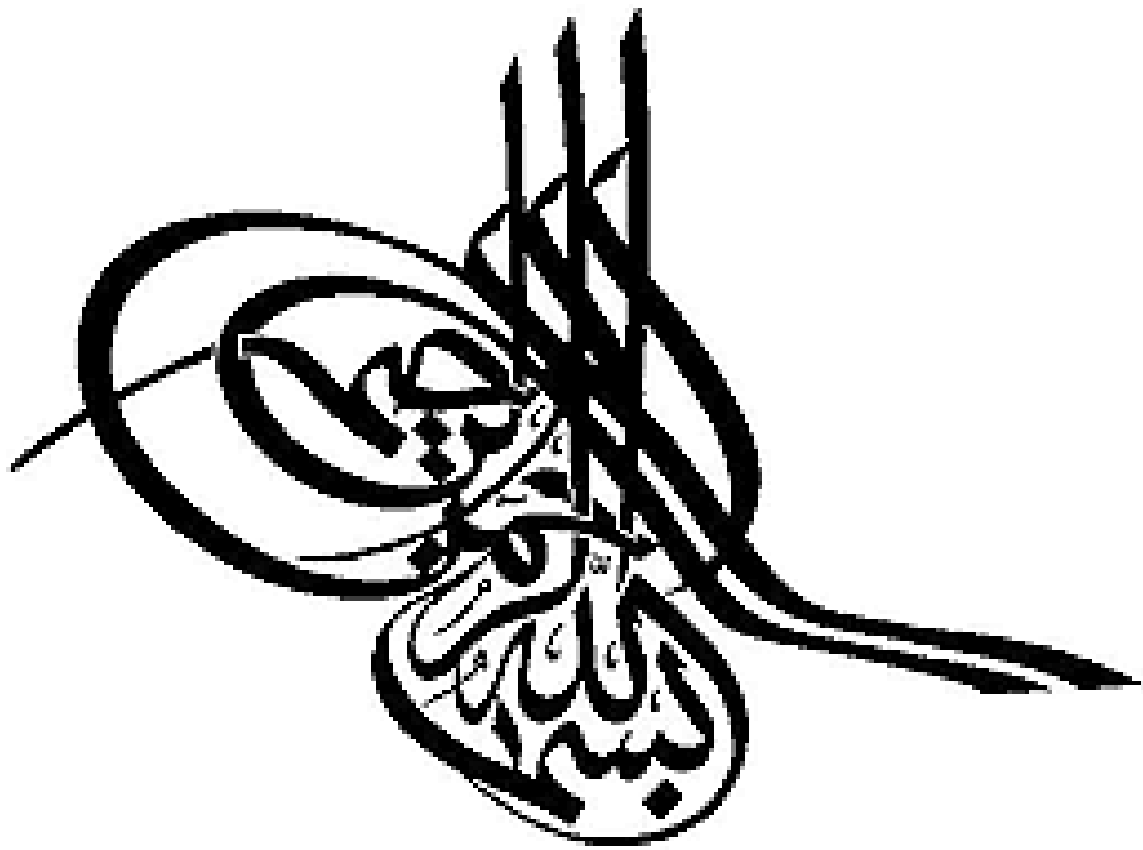
التدخين

دراسة مدى إنتشار ظاهرة التدخين في مديرية الجراحي
ومخاطرة الصحة والبيئية والإقتصادية
دراسة ميدانية على عينة من الرجال والنساء المدخنين بمديرية الجراحي

مشرف البحث العلمي لقسم مساعد طبيب عام
د/ عمر أفلاح

بحث مقدم من قبل الطلاب

أسامة فضل عفيفي
منى نعمان الشرعبي
هيفاء عبده دغموش
ياسمين سعيد قايد
صالح محمد الغصيني
شروق سالم هبل
عبدالباري محمد شاغي
بلقيس مزجاجي



الفهرس

١	الغلاف.....
٣	الفهرس.....
٤	آية قرآنية.....
٥	كلمة شكر وتقدير.....
٦	المقدمة.....
٨	الجانب النظري.....
٩	الاشكالية:-.....
١١	الفرضيات.....
١٢	أسباب أختيار الموضوع.....
١٣	اهداف واهمية الموضوع.....
١٤	اهداف البحث:-.....
١٦	الفصل الثاني:-.....
١٧	التدخين:-.....
١٨	تاريخه قديماً.....
٢٠	تبغ السجارة ومكوناته:.....
٢٤	الآثار الصحية للتدخين:-.....
٢٨	أضرار التدخين على الصحة:.....
٣٥	ما المشاكل التي يسببها التدخين؟.....
٣٧	تمهيد:-.....
٣٩	الاساليب الاحصائية :-.....
٤٠	المبحث الاول :-.....
٤٠	الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية .
٤١	-مجالات الدراسة :-.....
٤٢	٣- عينة الدراسة :-.....
٤٤	عرض نتائج الدراسة.....
٦٢	نتائج الدراسة:-.....
٦٢	الفرضيات :-.....
٦٣	التوصيات:-.....

آية قرآنية

﴿١٩٤﴾ وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ

سورة البقرة

﴿١٩٥﴾ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

كلمة شكر وتقدير

الحمد لله الواحد الاحد والفضل الذي خلق السموات بلا عمد ورزق الرزق ولم ينس احد الحمد لله حتى يرضى وله الحمد بعد الرضا.

الحمد لله أولاً وأخيراً على توفيقه فمشيئته وعونه سبحانه تم إنجاز هذا العمل المتواضع ... فإن كان فيه عن نفس فمن أنفسنا ومن الشيطان وإن كان فيه توفيق فمن الله عز وجل.

-كما نتوجه بخالص شكرنا وعظيم تقديرنا الى دكتورنا الفاضل عمر أفلاح على تفضله بقبول الإشراف على هذا البحث وأعطانا الكثير من وقته الثمين من أجل التوجيه والنصح والإرشاد لإنجاز هذه الدراسة.

وهنا نتقدم بجزيل الشكر الى الاساتذه الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة بقبولهم مناقشة هذه الدراسة وتطوعهم بجهدهم وعملهم لخدمة البحث العلمي. كما نتقدم بالشكر الى الأساتذه الأفاضل أعضاء هيئة التدريس وأساتذتنا الكرام الذي كان لهم الفضل الكبير في تدريسنا وأعطونا كل ما هو جديد لوصولنا الى هذه المرحلة. ولا يفوتنا أيضاً أن نتقدم بالشكر لكل الاشخاص الذين ساعدونا من قريب او بعيد بكل ما أستطاعوا من جهد.

والله في عون العبد مادام العبد في عون أخيه .

المقدمة

اختلف طرق فهم التدخين عبر الزمن وتباينت من مكان إلى آخر، من حيث كونه مقدس أم فاحش، راقى أم مبتذل، دواء عام- ترياق- أم خطر على الصحة. ففي الآونة الأخيرة وبشكل أساسي في دول الغرب الصناعية، برز التدخين باعتباره ممارسة سلبية بشكل حاسم. في الوقت الحاضر، أثبتت الدراسات الطبية أن التدخين يعد من العوامل الرئيسية المسببة للعديد من الأمراض مثل: سرطان الرئة، النوبات القلبية، ومن الممكن أن يتسبب أيضاً في حدوث عيوب خلقية. وقد أدت المخاطر الصحية المثبتة عن التدخين، إلى قيام الكثير من الدول بفرض ضرائب عالية على منتجات التبغ، بالإضافة إلى القيام بحملات سنوية ضد التدخين في محاولة للحد من تدخين التبغ. ويجب على الإنسان أن يقي نفسه من الهلاك بإتباع نصائح وإرشادات طبيب مختص. فالتدخين قاتل خبيث يختفي وراء ستار كثيف من الدخان تاركاً مالا يقل عن ٤ ملايين ضحية في العام الواحد ومما يدعو إلى الخوف ان هذه النسبة قد تصل الى (عشرة مليون) ضحية .

وإدراكاً لخطورة التدخين إرتائنا ان نبحت عن هذا الموضوع لمعرفة ودراسة مدى إنتشار ظاهرة التدخين في مديرية الجراحي ومخاطره الصحية والبيئية والإقتصادية . وقد تم تقسيم البحث الى ثلاثة فصول:-

الفصل الاول :- والمتمثل في الاطار المنهجي للدراسة والذي من خلاله حددنا الإشكالية والفرضيات واهمية الدراسة كما تطرقنا الى أسباب اختيار الموضوع والهدف منها.

الفصل الثاني :- فهو الفصل الخاص بالتدخين وتاريخ التدخين وتبع السجارة ومكوناته وخطورة التدخين وتأثيراته الصحية واضرار التدخين الصحية والاقتصادية والبيئية والاجتماعية والاسباب التي تؤدي الى التدخين وتكلمنا في نهاية الفصل الثاني عن التدخين السلبي واضراره الصحية.

اما الفصل الثالث :- فيشمل الجانب الميداني للدراسة في ضوء النتائج المستخلصة من الاستمارة الموزعة على عينة من المجتمع الرجال والنساء والمراهقين في مدينه وريف الجراحي سنة 2022-2023 وقمنا بتحديد المنهج المتبع وكذا الأطار الزماني والمكاني وأدوات جمع البيانات وفي الأخير قمنا بتحليل وتفسير الجداول المتعلقة بأسئلة الاستمارة واستخلصنا النتائج التي تجيب على تساؤلات الدراسة بالإضافة الى الخاتمة وقائمة المراجع والملاحق.

الجانب النظري

الفصل الاول

الاطار المنهجي للدراسة.

الإشكالية

الفرضيات

أسباب اختيار الموضوع

أهداف واهمية الموضوع

الدراسات السابقة.

الإشكالية:-

يعتبر السلوك الصحي كغيره من السلوكيات التي يكتسبها الفرد نتيجة خبراته

الشخصية أثناء تفاعله مع الآخرين ومع ما يحيط به من بيئة فيزيقية اجتماعية واقتصادية

وتعليمية، حيث أن الأطفال يتعلمون سلوكياتهم الصحية من الوالدين والإخوة والأصدقاء، إذ

أن غياب الثقافة الصحية عند الأهل ينعكس على الابناء فيتبعون القواعد الصحية الغير

سليمة مما يؤدي إلى تهديد صحتهم وحياتهم في غالب الأحيان، وهذا يوضح مدى ارتباط

عاداتنا الصحية بأساليب ونوعية الحياة التي نعيشها، فتختلف هذه العادات من أهل الريف الى أهل المدينة وبين طبقة الفقراء والأغنياء، كما تختلف عند المتعلمين والأمينين وبين العاملين والبطالين.

وعليها فإن إشكالية الدراسة تتمحور في التساؤلات التالية :-

التساؤلات:-

هل قلة الوعي او الجهل من الأسباب التي تؤدي الى التدخين !؟

هل يسبب التدخين أضراراً صحية!؟

هل يسبب التدخين أضراراً اقتصادية واجتماعية!؟

هل يسبب التدخين اضراراً بيئية!؟

هل ل الاهل والبيئة دور في تعلم هذه العادة السيئة!؟

هل ل الاصدقاء دور في تعلم هذه العادة!؟

هل التدخين من الاسباب الرئيسية التي تؤدي الى امراض
السرطان!؟

هل يعتبر التدخين السلبي اكثر خطورة من التدخين ذاته!؟

هل الهموم والمشاكل والبطالة من الاسباب التي تؤدي الى التدخين!؟

هل تناول القات من اهم الاسباب الرئيسية التي تؤدي الى التدخين في
مجتمعنا!؟

الفرضيات

- ١- قلة الوعي او الجهل من الأسباب التي تؤدي الى التدخين .
- ٢- يسبب التدخين أضراراً صحية .
- ٣- يسبب التدخين أضراراً اقتصادية واجتماعية .
- ٤- يسبب التدخين اضراراً بيئية .
- ٥- الاهل والبيئة لهم دور في تعلم هذه العادة السيئة .
- ٦- الاصدقاء لهم دور في تعلم هذه العادة .
- ٧- التدخين من اهم الاسباب الرئيسية التي تؤدي الى أمراض السرطان.
- ٨- يعتبر التدخين السلبي اكثر خطورة من التدخين ذاته .
- ٩- الهموم والمشاكل والبطالة من الاسباب التي تؤدي الى التدخين .
- ١٠- القات من اهم الاسباب الرئيسية التي تؤدي الى التدخين في مجتمعنا.

أسباب اختيار الموضوع

تم اختيارنا لهذا الموضوع نظراً لخطورته ورغبة منا في البحث عن هذا الموضوع ومواصلة للبحث الذي قمنا به في مشوارنا الدراسي لنيل شهادة الدبلوم تحت عنوان :- دراسة مدى أنتشار ظاهرة التدخين في مديرية الجراحي ومخاطرة الصحية والبيئية والاقتصادية ، بالاضافة الى أسباب أخرى منها:-

- تزايد أعداد المدخنين في المجتمع بشكل ملحوظ ويعد التدخين من اكثر العادات السيئة التي تسربت الى مجتمعنا .

١- أنتشار امراض السرطان في المجتمع.

٢- أنتشار الامراض الصحية والعقلية والنفسية التي يرجع سببها الى التدخين .

٣- تدهور الاقتصاد في مجتمعنا ويعد التدخين من احد الاسباب الذي ادت الى ذلك .

٤- تفكك روابط المجتمع بشكل عام وروابط الاسرة بشكل خاص وكان التدخين من احد الاسباب التي ساهمت في ذلك

اهداف واهمية الموضوع

اهمية الموضوع:-

تكمن خطورة التدخين في تأثيراته الجسمية على صحة الشخص المدمن والاشخاص المتعرضون لدخان السجارة بالإضافة الى تأثيراته الاقتصادية والاجتماعية والبيئية حيث تشير الاحصائيات بأن سرطان القصيبات والحنجرة قد احتل المركز الثاني من ضمن الامراض السرطانية العشرة الاكثر انتشاراً كما يلاحظ إنتشار التدخين في المجتمع بشكل عام وبين صفوف الطلبة الجامعيين على وجه الخصوص وطلاب الثانوية ومن هنا تأتي أهمية أخذ الموضوع على محمل الجد لإنقاذ مجتمعنا من هذا الداء القاتل والخطير الذي يفتك بشبابنا فهم أكثر ما يحتاجه بلدنا لأستكمال عملية العبور الى المرحلة القادمة ولهذا فإن نشر الوعي بين جميع المجتمع أمر ضروري جداً لتعريف المواطنين بأهمية الأنتباه الى واحدة من اكثر العادات السيئة التي تسربت الى مجتمعنا ومحاولة إطلاق حملة ضد تيار التدخين بجميع أشكاله وهذه الدراسة ماهي الا بذره لن تكون الاخيرة أن شاء الله للوقوف ضد تيار التدخين ولتوعية جميع شرائح المجتمع بسبل الوقاية منه أو الأقلع عنه. ومن هنا تأتي اهداف البحث .

اهداف البحث:-

- محاولة نشر الوعي في اوساط المجتمع عن خطورة التدخين.
- تعريف المجتمع بأضرار التدخين الصحية .
- توعية المجتمع بمدى تأثير التدخين على الاقتصاد .
- نشر الوعي عن ما يسببه التدخين من اضرار اجتماعية .
- معرفة مستوى وعي المجتمع حول ما يسببه التدخين من اضرار على البيئة .
- معرفة مستوى وعي المجتمع عن ما يسببه التدخين من أمراض سرطانية .
- تعريف المجتمع بان التدخين من اهم الاسباب الرئيسية التي تؤدي الى السرطان .
- معرفة مستوى وعي المجتمع عن ما يسببه التدخين من تأثيرات صحية ونفسية.
- محاولة فهم أسباب تزايد عدد المدخنين في اوساط المجتمع .
- تعريف المدخنين عن ما يسببوه من مشاكل صحية لمن هم حولهم وبقرتهم اثناء تدخينهم

الدراسات السابقة

بعض من الدراسات السابقة :-

يقتل التبغ زهاء نصف من يتعاطونه.

يقتل التبغ أكثر من ٨ ملايين نسمة سنوياً. وأكثر من ٧ ملايين من هذه الوفيات تسجل في أوساط من يتعاطونه مباشرة، في حين أن نحو ١,٢ مليون وفاة تحدث في أوساط غير المدخنين الذين يتعرّضون لدخانه لا إرادياً.

يعيش أكثر من ٨٠٪ من المدخنين البالغ عددهم ١,٣ مليار شخص على الصعيد العالمي في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل.

في عام ٢٠٢٠، بلغت نسبة متعاطي التبغ ٢٢,٣٪ من سكان العالم، ومن هؤلاء ٣٦,٧٪ من الرجال و٧,٨٪ من النساء من جميع أنحاء العالم.

للتصدي لوباء التبغ، اعتمدت الدول الأعضاء في المنظمة في عام ٢٠٠٣ اتفاقية منظمة الصحة العالمية الإطارية بشأن مكافحة التبغ. وقد صدق على هذه المعاهدة حتى الآن ١٨٢ بلداً.

تتماشى تدابير برنامج MPOWER الذي وضعت المنظمة مع اتفاقيتها الإطارية بشأن مكافحة التبغ وقد أظهرت أنها تنقذ الأرواح وتحد من التكاليف بتجنب نفقات الرعاية الصحية الناجمة عن التدخين

دراسة أخرى :-

في سنة ١٩٩٢ نشر تقرير لوكااة الحماية البيئية بالولايات المتحدة كشف عن ان الاضرار الناتجة عن التدخين السلبي لاتقل آثاراً ولا خطورة عن آثار التدخين المباشر .

وصنف هذا التقرير درجة خطورة الدخان السلبي على انه من مسببات السرطان (مسرطن بدرجة (أ). اي اعلى درجات الخطورة بالنسبة للتسبب بأمراض السرطان سواء سرطان الرئة او غيرها من السرطانات .

الفصل الثاني :-

تعريف التدخين

تاريخه قديماً :-

تبغ السجارة ومكوناته

الشيئة ومكوناتها

تأثيرات التدخين الصحية

اضرار التدخين الصحية

اضرار التدخين الاقتصادية والاجتماعية

اضرار التدخين البيئية

التدخين السلبي ومخاطرة

الاسباب التي تؤدي الى التدخين

التدخين :-

هو عملية يتم فيها حرق مادة والتي غالباً ما تكون التبغ وبعدها يتم تذوق الدخان أو استنشاقه. وتتم هذه العملية في المقام الأول باعتبارها ممارسة للترويح عن النفس عن طريق استخدام المخدرات، حيث يصدر عن احتراق المادة الفعالة في المخدر، مثل النيكوتين مما يجعلها متاحة للامتصاص من خلال الرئة وأحياناً تتم هذه الممارسة كجزء من الطقوس الدينية لكي تحدث حالة من الغفوة والتنوير الروحي وهناك آلاف من المواد الكيميائية التي تؤثر على الجهاز العصبي المركزي وتعد السجائر هي أكثر الوسائل شيوعاً للتدخين في الوقت الراهن، سواء كانت السيجارة منتجة صناعياً أو ملفوفة يدوياً من التبغ السائب وورق لف السجائر. وهناك وسائل أخرى للتدخين تتمثل في الغليون، السيجار، الشيشة، والبونج " غليون مائي."

تاريخه قديماً

يرجع تاريخ التدخين إلى عام ٥٠٠٠ قبل الميلاد في الطقوس الشامانية. [٢] وقد قامت الكثير من الحضارات مثل الحضارة البابلية والهندية والصينية بحرق البخور كجزء من الطقوس الدينية، وكذلك قام بنو إسرائيل ولاحقاً الكنائس المسيحية الكاثوليكية والأرثوذكسية بالفعل نفسه. ويرجع ظهور التدخين في الأمريكتين إلى الاحتفالات التي كان يقيمها كهنة الشامان ويحرقون فيها البخور، ولكن فيما بعد تمت ممارسة هذه العادة من أجل المتعة أو كوسيلة للتواصل الاجتماعي. [٣] كما كان يُستخدم تدخين التبغ وغيره من المخدرات المسببة للهلوسة من أجل إحداث حالة من الغيبوبة أو للتواصل مع عالم الأرواح.

ويرجع تاريخ استخدام مواد مثل الحشيش، الزبد المصفى (السمن)، أحشاء السمك، جلود الثعابين المجففة، وغيرها من المعاجين التي تُلف وتُشكل حول أعواد البخور إلى ٢٠٠٠ عام على الأقل. وقد كان يوصف التبخير (dhupa) وقرابين النار (homa) في طب أيورفيدا لأغراض طبية وتمت ممارسة هذه العادات لمدة لا تقل عن ٣٠٠٠ سنة، بينما التدخين (dhumrapana) (ويعني حرفياً "شرب الدخان") فتتمت ممارسة لمدة لا تقل عن ٢٠٠٠ سنة. فقبل العصر

الحديث، كانت تُستهلك هذه المواد من خلال أنابيب، وقصبة مختلفة الأطوال أو chillums [٤].

وكان تدخين الحشيش رائجًا في الشرق الأوسط قبل وصول التبغ، وكان شائعًا قديمًا كنشاط اجتماعي تركز حول تدخين نوع من أنابيب التدخين المائية الذي يطلق عليه "شيشة". وبعد دخول التبغ أصبح التدخين مكونًا أساسيًا في المجتمع والثقافة الشرقية، وأصبح ملازمًا لتقاليد هامة مثل الأفراح والجنائز حيث تمثل ذلك في العمارة والملابس والأدب والشعر. [٥]

دخل تدخين الحشيش إلى جنوب الصحراء الكبرى في إفريقيا من خلال إثيوبيا وساحل إفريقيا الشرقي عن طريق التجار الهنود والعرب في القرن الثالث عشر أو ربما قبل ذلك. وقد انتشر على طرق التجارة نفسها التي كانت تسلكها القوافل المحملة بالبن والتي ظهرت في مرتفعات إثيوبيا. [٦] حيث تم تدخينه في أنابيب تدخين مائية تصنع من اليقطين مع جزء مجوف مصنوع من الطين المحروق لوضع الحشيش، ويبدو جليًا أن هذا اختراع إثيوبي وتم نقله فيما بعد إلى شرق وشمال ووسط إفريقيا.

وعند وصول أخبار من أول مستكشفين أوروبيين وصلوا إلى الأمريكتين وردت أنباء عن الطقوس التي كان يقوم فيها الكهنة

المحليين بالتدخين حتى يصلون إلى مستويات عالية من النشوة
ولذلك فمن غير المحتمل أن تكون تلك الطقوس قاصرة على التبغ
فقط. [٧]

تبغ السيجارة ومكوناته :

يعرف التبغ على إنه اوراق شجرة تدعى نيكوتين تاباكوم من الفصيلة
الباذنجانية ويشمل جنس نيكوتيانا أكثر من ستين نوعاً من هذه
الشجيرات ولايستخدم منها في مجال التدخين والمضغ إلا نوعان هما
نيكوتين تاباكوم ونيكوتين روستيكي والنوع الأخير هو التبغ البري
وقد استخدم أهل المكسيك التبغ تدخيناً ومضغاً أولاً ثم بعد ذلك انتشر
استخدامه في الأمريكيتين والجزر المحيطة بها.

يتركب التبغ من مواد عديدة تزيد عن ٣٠٠ مادة معروفة حتى الآن
ومنها:

• نيكوتين : وهو مركب سام جداً وخطر على جميع المخلوقات ,
يستخرج من نبتة *Tobacum Nicotina* وتختلف كمية النيكوتين
وفقاً لنوع الدخان وطريقة استعماله ويصل امتصاصه حتى ٩٠ % عند
الأشخاص الذين يستنشقونه والى ١٠ % في حالة عدم لإستنشاق .
يمتص النيكوتين في السجائر العادية من خلال الرئة بينما نيكوتين

السيجار والغليون عن طريق الفم والبلعوم, ولذلك يلاحظ بأن مدخني السجائر يستنشقون الدخان أكثر من مدخني السيجار والغليون ليحصلوا على النيكوتين, كل سيجارة تحتوي على ٢٠ ملغم من النيكوتين, إذا احتوت على غرام واحد من التبغ, والجرعة المميتة للنيكوتين هي ٥٠ ملغم.

• **البريدين: Pyridine** تعتبر هذه المادة أقل سمية وكمية من النيكوتين في التبغ. إذ يتولد عن حرق غرام واحد من التبغ ملغم واحد فقط من البريدين.

• **مركبات الأمونيا) الأمونياك: Ammonia Derivatives** (يتولد عن حرق غرام واحد من التبغ ٥-٣ ملغم من الأمونياك, ومن أضراره الصحية انه يؤدي الى التهاب الغشاء المخاطي للعين والفم والحنجرة والقصبه الهوائية وهو السبب في حدوث السعال والبصاق عند المدخنين .

• **المواد القطرانية(الزفت): Tar** يتولد حوالي ٤٠ ملغم مع كل كلغم من التبغ المحروق وقد ثبت علمياً أن لهذه المادة مفعولا كبيرا في تكوين السرطان لما تحتويه من مادة البنزين ذات المفعول الأكيدفي احداث السرطان .

• **اول اوكسيد الكربون: CO** يتولد في دخان التبغ بنسبة تتراوح بين ١٤-١ % وهذا الغاز سام إذ يتحد مع خضاب الدم, ويقوم بتقليل

قابلية الدم على حمل الأوكسجين ولهذا السبب فإن المدمنين على التدخين كثيراً ما يعانون من صعوبة في التنفس .

• **النظائر المشعة:** أشارت البحوث العديدة التي نشرت في مختلف دول العالم الى احتواء مادة التبغ على نظائر مشعة طبيعية ومن سلاسل طبيعية مصدرها التربة (توريوم ، يورانيوم ، اكتينيوم ، راديوم) والنظائر المشعة التي سجلت جميعها باعثة لدقائق الفا وبيتا بالإضافة الى اشعة جاما. ان قدرة التأيين لكل من الفا وبيتا وخاصة في ما يتعلق بالتلوث الاشعاعي الداخلي اكبر من اشعة جاما . وبالامكان تعريف التلوث الاشعاعي الداخلي على انه التلوث الناجم عن وصول النظائر المشعة الى الاحشاء الداخلية للجسم نتيجة تناول طعام او سوائل او استنشاق دخان السجائر الملوثة بتلك النظائر المشعة.

مواد أخرى: مثل غاز الميثان, الكحول الأثيلي, أجسام فينولية, الزرنيخ الذي يأتي من المبيدات الحشرية التي يرش بها التبغ, السيانيد, الكادميوم, رماد ورق السيجارة وغيرها.

الشيشة :-

هي عادة قديمة بين شعوب آسيا والشرق الاوسط ولكنها مؤخراً بدأت تنتشر حتى في الدول الغربية .

بدأ الانتشار الواسع للشيشة بين اوساط الشباب والشابات لإعتقادهم بأن الشيشة أقل ضرراً من التدخين وان مرور الدخان عبر الماء يخلصه من الكثير من السموم ومن المؤسف أن تدخين الشيشة بدأ ينتشر بين الشباب والشابات في اليمن بشكل عام

اسباب التعلق بالشيشة :- . بالرغم من كل هذه المخاطر الناتجة عن الشيشة نلاحظ شدة تعلق الشباب والشابات والمراهقين بها ولذلك عدة اسباب :-

١- يعتمدها كأسلوب ليحقق لنفسه شعوراً بخروجه من دور الطفولة وأكمال نموه واستقلالة .

٢- تحرر المراهق من السلطة ونمو فرديته من خلال النزوع الى اكمال رجولته والاعتزاز بكيانه .

٣- يدمن عليها بسبب مادة النيكوتين

٤- هي موضة العصر .

يتناولها كبديل من السجائر

٦- هي أداة من ادوات التسلية والترويح عن النفس

7-البطالة .

مكونات دخان الشيشة مقارنة بين جلسة شيشه وتدخين سيجارة :-

١- الدخان / ٥٠ - ١٠٠ مرة اكثر .

2- غاز CO سبع مرات اعلى

3- غاز CO الدم ٣ مرات اعلى

4- النيكوتين ١,٧ ضعف .

5- المواد المسرطنه . ٣٦,٤٦ مرة اكثر

الآثار الصحية للتدخين:-

- الآثار الصحية للتدخين هي الظروف والآليات والعوامل الناتجة عن استهلاك التبغ على صحة الإنسان. تركزت البحوث الوبائية خاصة على تدخين التبغ والذي درس على نطاق واسع أكثر من أي شكل آخر من أشكال الاستهلاك.

- في القرن العشرين مات 100 مليون شخص جراء ممارسة التدخين، وبذلك يعد التدخين أكبر وباء مسبب للموت عالمياً.

- استهلاك التبغ يؤدي عادةً إلى أمراض القلب، وأمراض اللثة، وأمراض الرئتين وهو عامل خطر كبير للنوبات القلبية، والجلطات، وداء الانسداد الرئوي المزمن والسرطان) خاصة الرئة، والحنجرة، والبنكرياس. (وكذلك يؤدي إلى أمراض في الأوعية الدموية الطرفية والضغط العالي. ويعتمد التأثير على مدى الأعوام التي قضاها المدخن في التدخين وكمية التبغ. كذلك فإن التدخين البيئي قد وجد أنه يسبب الأضرار الصحية للمستنشقين من جميع الأعمار.

- السجائر المباعة في الدول النامية تميل إلى امتلاك كمية عالية من القطران وتكون أقل ترشيحاً؛ مما يزيد الحساسية للأمراض المتعلقة بالتبغ في هذه المناطق.

قد يؤثر التدخين على اي جزء من الجسم

تقدر منظمة الصحة العالمية أن حوالي ٥,٤ مليون وفاة في عام ٢٠٠٤ منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٨). و١٠٠ مليون وفاة في القرن ٢٠. كما تصف مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (US) التبغ بأنه "واحد أهم المخاطر على صحة الإنسان التي يمكن الوقاية منها في البلدان المتقدمة وأحد أهم أسباب الوفاة المبكرة في جميع أنحاء العالم." وقد اتخذت العديد من الدول تدابير للسيطرة على استهلاك التبغ مع قيود الاستخدام والمبيعات وكذلك رسائل التحذير المطبوعة على التعبئة والتغليف.

- يعد استخدام التبغ هو أكبر سبب للموت الذي يمكن الوقاية منه على مستوى العالم.

يقارب من نصف الأشخاص الذين يستخدمون التبغ يموتون من مضاعفات تعاطي التبغ. [تقدر منظمة الصحة العالمية (WHO) أن التبغ يسبب كل عام حوالي ٦ ملايين حالة وفاة (حوالي ١٠ ٪ من جميع الوفيات) مع ٦٠٠,٠٠٠ من هذه تحدث في غير المدخنين؛ بسبب التدخين السلبي. في القرن العشرين، تشير التقديرات إلى أن التبغ تسبب في وفاة ١٠٠ مليون شخص وبالمثل، تصف مراكز الولايات المتحدة للسيطرة على الأمراض والوقاية منها استخدام التبغ بأنه "الخطر الوحيد الأكثر أهمية على صحة الإنسان في الدول

المتقدمة وأحد الأسباب المهمة للوفاة المبكرة في جميع أنحاء العالم". وفقاً لمراجعة عام ٢٠١٤ في نيو إنجلاند مجلة الطب، التبغ، إذا استمرت أنماط التدخين الحالية، تقتل حوالي مليار شخص في القرن الواحد والعشرين، نصفهم قبل سن السبعين.

يؤدي تعاطي التبغ في الغالب إلى أمراض تؤثر على القلب، والكبد، والرئتين. التدخين هو أحد عوامل الخطر الرئيسية للنوبات القلبية، والسكتات الدماغية، ومرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD) (بما في ذلك انتفاخ الرئة والتهاب الشعب الهوائية المزمن)، والعديد من أنواع السرطان (وخاصة سرطان الرئة، وسرطان الحنجرة والفم، وسرطان المثانة، وسرطان البنكرياس). كما يسبب مرض الشرايين المحيطية وارتفاع ضغط الدم. تعتمد التأثيرات على عدد السنوات التي يدخنها الشخص وعلى مقدار ما يدخنه الشخص. بدء التدخين في وقت مبكر من الحياة وتدخين السجائر يكون أعلى عند استخدام مانعات التسرب ويزيد من خطر هذه الأمراض. أيضاً، أظهر دخان التبغ البيئي، أو التدخين السلبي، آثاراً صحية ضارة على الناس من جميع الأعمار. يعد تعاطي التبغ عاملاً مهماً في حالات الإجهاد بين المدخنات الحوامل، ويساهم في عدد من المشاكل الصحية الأخرى للجنين مثل الولادة المبكرة، وانخفاض وزن المولود، ويزداد بنسبة ١,٤ إلى ٣ أضعاف فرصة متلازمة الموت المفاجئ للرضع (SIDS).

دخان التبغ يحتوي على العديد من المنتجات بالتحلل الحراري المسببة للسرطان التي تربط بالحمض النووي ويسبب العديد من

الطفرات الوراثية. هناك أكثر من ٤٥ مواد مسرطنة كيميائية معروفة أو مشتبهة في دخان السجائر. كما أن التبغ يحتوي النيكوتين وهو عقار نفسي التأثير مسبب شديد للإدمان. عندما يدخن التبغ يسبب النيكوتين التواكل البدني والنفسي. تعاطي التبغ هو عامل مهم في حالات الإجهاض بين الحوامل المدخنات، وأنه يساهم في عدد من غيرها من التهديدات على صحة الجنين مثل الولادة المبكرة وانخفاض الوزن عند الولادة وزيادة بنسبة ١,٤ إلى ٣ مرات فرصة حدوث متلازمة موت الرضيع الفجائي وامراض تشوهات الجنين، أجريت دراسة على فئران حديثي الولادة ووجد أن التعرض لدخان السجائر في الرحم قد يقلل من قدرة دماغ الجنين وفقدان قدرة التعرف على نقص الأوكسجين، وبالتالي زيادة فرصة من الاختناق العرضي. الإصابة بالعجز هو أعلى ما يقارب من ٨٥٪ في الذكور المدخنين مقارنة بغير المدخنين، ويعتبر عاملاً أساسياً مما يسبب ضعف الانتصاب وقد اتخذت عدة بلدان تدابير للسيطرة على استهلاك التبغ مع قيود الاستخدام للمبيعات وكذلك رسائل التحذير المطبوعة على التعبئة والتغليف. بالإضافة إلى ذلك، تقلل قوانين منع التدخين التي تحظر التدخين في الأماكن العامة مثل أماكن العمل والمسارح والمطاعم من التعرض للتدخين غير المباشر وتساعد بعض الأشخاص الذين يدخنون على الإقلاع عن التدخين، دون التأثيرات الاقتصادية السلبية على المطاعم أو تعتبر ضرائب التبغ التي تزيد من السعر فعالة أيضاً، خاصة في البلدان النامية.

أضرار التدخين على الصحة:

• أظهرت الدراسات وجود الكثير من النظائر المشعة في جميع أنواع السجائر والتي لوحظت من خلال جميع القياسات وهي مطلقة لدقائق الفا او بيتا فضلاً عن أشعة كاما. التدخين نوع من الممارسات التي تساعد على بلع واستنشاق هذه النظائر المشعة من خلال الفم والانف وان النشاط الإشعاعي المستنشق) او المبلوع (يصل الى الرئتين فضلاً عن بقية الاجزاء العليا

للجهاز التنفسي وكذلك الجهاز الهضمي ويزداد تراكم هذا النشاط بمرور الوقت مما يزيد من خطورة الإصابة بسرطان الفم والجهاز التنفسي والرئة والبرهان على ذلك إن سرطان الرئة نادراً جداً بين غير المدخنين حيث ان التدخين يحدث تغييراً جينياً في خلايا الرئة وهو آخر اكتشاف أعلن عنه فريق من العلماء في جامعة بوسطن الأمريكية وهذا التغيير في خلايا الرئة يعرض المدخنين لاحتمالات متزايدة للإصابة بسرطان الرئة.

• إن التدخين هو من اهم الأسباب التي تؤدي الى امراض الرئة المزمنة غير السرطاني

• التدخين يسبب تقلصاً في شرايين القلب وهذا بدوره يسبب الذبحة القلبية فالسجائر تؤثر على

القلب وتزيد من عدد ضرباته بمعدل يتراوح بين ٢٠ - ١٠ ضربة في الدقيقة الواحدة, كما انها تزيد من الضغط الشرياني مما يضاعف عمل القلب ويسبب له الاجهاد وهذا يكون عادة بصورة موازية لعدد السجائر التي يستهلكها المدخن.

•التدخين مضر جداً بالجنين ,فقد اثبتت الدراسات أن النساء الحوامل المدخنات معرضات بنسبة 10 مرات أكثر من غير المدخنات للولادة قبل الأوان أو ولادة جنين ناقص النمو والوزن او حدوث الإجهاضات نتيجة لكثرة تقلصات و انقباضات رحم الأم المدخنة فضلاً عن زيادة احتمالية ولادة الجنين ميتاً او موته في الأسابيع الأولى بعد الولادة.

•التدخين يزيد من تساقط الشعر الى جانب مضارة الكثيرة فالنيكوتين يسرع بالصلع الذي يصيب الكثيرين.

• التهاب اللثة واللسان والتهاب الغدد اللعابية فضلاً عن تقرحات وسرطان الفم.

•يقتل التدخين من متوسط عمر المدخنين عن غير المدخنين بحوالي ١٠ سنوات وهذا ما اوضحته دراسة نشرت في الدورية الطبية البريطانية .ومن المعروف ان التدخين يقضي على حياة نصف المدخنين فيما يموت الربع نتيجة لأمراض مثل السرطان وامراض القلب والسكتة الدماغية.

•تغيير نوعية حليب الأم حيث اثبتت التحاليل الكيماوية ان حليب المرضعات المدخنات يحتوي

على كمية من النيكوتين يكون سبباً في تسميم الرضيع وتوفر الاستعداد لدى الأطفال للإصابة بأمراض عديدة نتيجة لضعف جهاز المناعة.

● نقص عنصر الزنك في جسم الأم الحامل حيث توجد في السيجارة مادة الكاديوم التي قد تعوق تمثيل عنصر الزنك في جسم الحامل مما يؤدي الى إعاقة نمو الجنين داخل رحم امه بالشكل الطبيعي والزنك من العناصر الهامة جداً لنمو الجنين ولأغلب العمليات الحيوية داخل الجسم.

● ان التدخين بين السيدات يساعد الى حد كبير في ظهور الشعر في جسد المرأة وبخاصة في منطقة الساقين نظراً لزيادة الهرمونات الجنسية الذكورية جراء التدخين واوضحت الدراسات ان التدخين يكسب المرأة صفات ذكورية ويعمل على التقليل من خصوبتها ويساعد على ظهور الشعر و التجاعيد بسرعة في وجهها ودخولها مرحلة الشيخوخة المبكرة واضطراب الدورة الشهرية.

●المادة الكيماوية الموجودة في التبغ تؤدي الى الإصابة بأمراض السكري والزهايمر وتسريع عمليات الشيخوخة في الجسم.

●مع تناول اقراص منع الحمل يؤدي التدخين الى ازدياد معدل الإصابة بالجلطات في الأوعية الدموية.

●يؤثر على لمعان وبريق الأسنان ويؤدي الى ترسب النيكوتين بين الأسنان وتأثيره على الحبال الصوتية وبالتالي فهو يؤثر على صوت المرأة ورقته فيزداد خشونة.

• زيادة العيوب الخلقية للأطفال المولودين من حوامل مدخنات خاصة عيوب القلب الخلقية مما يؤدي الى زيادة الوفيات بين الأطفال في سنوات عمرهم الأولى وكذلك حياة مليئة بالآلام يعيشها من بقى منهم على قيد الحياة.

• فضلاً عن كل ما سبق فإن للتدخين آثار ضارة على غير المدخنين المحيطين بالمدخنين :

حيث ان الأب الذي يدخن في بيته وحين ينام اطفاله فإنه يسممهم تدريجياً دون عمد او قصد ولكن بشكل حتمي حيث يتعرض الطفل في هذا المقام الى ما يسمى بالتدخين السلبي واللاإرادي ويضطر الى إستنشاق دخان سيجارة والده بكل ما فيها من نيكوتين وأول أكسيدالكربون ومواد مسرطنة وقد ثبت ان الدخان الجانبي المنبعث من نهاية السيجارة والموجه الى جلساء المدخنين اذا ما قرن بالدخان الذي يستنشقه المدخن فإنه يحتوي على خمسة اضعاف

اول اوكسيد الكربون وثلاثة اضعاف القطران والنيكوتين واربعة اضعاف البنزوبايرين (مادة مسرطنة) وستة واربعين ضعفاً من الأمونيا فضلاً عن تراكيز مواد اخرى مؤذية وبنسب اعلى مثل النيتروسامينات وهي من المواد المسرطنة القوية, وهذا كله قد يعرض الأطفال للإصابة بزيادة في سرعة دقات القلب وارتفاع في ضغط الدم كذلك فإن تعرض الأم الحامل الى

التدخين اللاإرادي (زوجة المدخن) يزيد من تقلصات وانقباضات الرحم مما يؤدي الى الضغط على الأوعية الدموية وبالتالي نقص كمية الدم الواصلة الى المشيمة.

• يتأثر مرضى الحساسية والربو بدخان التبغ بطريقتين أولهما ان الدخان له تأثير مهيج للجهاز التنفسي بصورة عامة والثانية ان له تأثير منبه لإفراز نوع خاص من مضادات الأجسام هو (Ige) كما ان التعرض لنتاج حرق التبغ يتسبب بالتهاب الملتحمة , السعال , العطاس , والصداع.

• أما بالنسبة لمرضى القلب والرئة غير المدخنين والمتعرضين لدخان السجائر فإن احتراق التبغ ينتج عنه غاز أول اوكسيد الكربون الذي يتحد مع الدم مكوناً كاربوكسي هيموغلوبين الدم

(Carboxyhemoglobin) ونتيجة لذلك فإن قلب ورئة المتعرض للدخان سوف يعملان بصعوبة فائقة للتخلص من هذا المركب وسيكون لذلك تأثير كبير على المريض بالذبحة الصدرية وسوف يساعد ذلك على زيادة في معدل التنفس وسرعة ضربات القلب لمقاومة ذلك التأثير مما يجهد المريض ويزيد علته سوءاً.

• فضلاً عن ما سبق فإن المتعرض لدخان السجائر تأثير ضار على الأشخاص الذين يلبسون

العدسات اللاصقة فإنهم يصابون بحرقة شديدة بالعين وإفراز للدموع

١- اضرار اقتصادية:-

إن التبغ مصدر بلاء لجميع الأمم المصدرة والمصنعة والمستوردة وهو خسارة اقتصادية لجميع الدول ولكن هذه الخسارة تكون أشد وأعتى في الدول الفقيرة التي تشكل مايسمى بالعالم الثالث أو الدول النامية التي وسعت شركات التبغ مبيعاتها فيها بمايفوق خسارته في الدول الصناعية التي إنحسرت مشترياتها بمعدل ٨-٥% حيث بلغت الزيادة في المبيعات في جميع دول العالم الثالث مايقارب ١٠-٨% وفي السعودية مثلاً بلغت الزيادة في الإستيراد نسبة خرافية وهي ٥٠٠% سنوياً خلال الأعوام من (١٩٨٤-١٩٧٢), اما في مصر فيمت المصرف على التدخين حوالي ١٠% من نفقات الأسرة الفقيرة بينما يشكل عشره أضعاف

المبالغ التي تخصص للتعليم في بنغلادش, ومعها زياده مستمرة في تكاليف الرعاية الصحية

وفقدان الإنتاجية بسبب المرض والحرائق الناتجة عن الإهمال بسبب التدخين فضلاً عن تكاليف إستيراد السجائر الأجنبية فقد قدر البنك الدولي الخسائر الصافية من جراء التدخين

بـ ٢٠٠ الف دولار أمريكي.)

فهل نساعد هذه الشركات بأموالنا في حين بلداننا أحوج ما تكون لهذه الأموال للنهوض

الاقتصادي والصناعي والثقافي وفوق هذا وذاك نخسر صحتنا....؟؟؟

٢- اضرار بيئية:

أفاد خبراء بان المدخنين يصدر عنهم هواء ملوث أكثر عشر مرات من العوادم الصادرة

عن المركبات فقد اكتشف العلماء ان الدخان الصادر عن التبغ ينتج كميات أكبر من المواد المسببة للتلوث والأكثر تهديداً لصحة الإنسان من العوادم الناتجة عن إحتراق الديزل بالأخص في الأماكن المغلقة. وفي دراسة مماثلة إكتشف باحثون من جامعة لوند السويدية ان المواد الملوثة في هواء حجرة بها مدخنون أكثر بمعدل ١٢٠ مرة من المواد الملوثة في هواء حجرة خالية من التدخين .

٣- اضرار اجتماعيه:

أوضحت دراسات كثيرة أن البالغين المدخنين أكثر عرضة للطلاق بنسبة ٣٥٪ مقارنة مع غير المدخنين وذلك لان المدخن له صفات مزاجية حادة .

ما المشاكل التي يسببها التدخين؟

لا يسبب التدخين مشاكل صحية لك فقط، وإنما للآخرين من حولك أيضاً.

الأذى لنفسك

يؤدي التدخين إلى الإدمان، حيث يحتوي التبغ الموجود في السجائر على النيكوتين، وهو العقار الذي يدمن عليه. وهذا ما يجعل ترك التدخين أمراً صعباً (ولكنه غير مستحيل).

تحدث أكثر من ٤٣٠,٠٠٠ حالة وفاة في الولايات المتحدة كل عام نتيجة لأمراض يسببها التدخين. ويعود السبب في ذلك إلى أن التدخين يزيد بشكل كبير من خطورة الإصابة بالجلطة القلبية والسكتة الدماغية والأمراض المزمنة للرئة وسرطان الرئة والعديد من أنواع السرطان الأخرى.

قد يكون التدخين أكثر سبب مؤدي للأمراض التنفسية في الولايات المتحدة الأمريكية يمكن منعه.

لا يسبب التدخين الأذى للشخص المدخن فقط، وإنما لأفراد عائلته وزملاءه في العمل والآخرين الذين يستنشقون دخان سجائره. وهذا ما يسمى بالتدخين السلبي.

التدخين السلبي :-

يرتبط التدخين السلبي بـ ٣٠٠,٠٠٠ حالة التهاب قصبات والتهاب رئوي كل عام لدى الأطفال الذين يبلغون من العمر ١٨ شهرا أو أقل.

يزيد التدخين السلبي الذي يصل إلى الأطفال عبر سجائر الأب أو الأم من فرص إصابتهم بمشاكل في الأذن الوسطى ومن احتمالية إصابتهم بالسعال وضيق النفس، كما ويزيد من سوء حالة الربو لدى المصابين به منهم. بالإضافة إلى ذلك، فهو يزيد من احتمالية حدوث الموت المفاجئ للرضيع.

يسبب التدخين السلبي السرطان، فقد أظهرت الأبحاث أن خطورة الإصابة بسرطان الرئة عند غير المدخنين الذين يعيشون مع مدخن هي أعلى بنسبة ٢٤٪ مقارنة مع غير المدخنين الذين لا يعيشون مع مدخن.

يزيد التدخين السلبي من خطورة السكتة الدماغية وأمراض القلب. تعتبر احتمالية أن يصبح الابن المراهق مدخناً أعلى مرتين إن كان أبواه مدخنين مقارنة بالمراهق الذي لا يدخن أبواه.

يزيد تدخين السيدة الحامل من احتمالية ولادتها أطفالا بأوزان قليلة جداً.

الفصل الثالث:-

الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

المبحث الاول :- منهجية الدراسة الميدانية

- ١- منهج الدراسة
- ٢- مجالات الدراسة وموقع مديرية الجراحي.
- ٣- عينة الدراسة .
- ٤- الاساليب الاحصائية .
- ٥- أدوات جمع البيانات .

تمهيد:-

بعد ما تطرقنا في الفصول السابقة الى عرض الجانب النظري للدراسة والذي يضم فصلين الفصل الاول وهو الفصل المنهجي والفصل الثاني وهو المتعلق بالتدخين ومكوناته وتأثيراته واضراره الصحية والاقتصادية والبيئية والاجتماعية .

ندخل الى الجانب الميداني والذي يعتبر مرحلة هامة لجمع البيانات والذي يضم منهج الدراسة ومجالات الدراسة والعينة بالإضافة الى الاساليب الاحصائية وصدق المحكمين وأدوات جمع البيانات ثم عرض وتحليل البيانات وصولاً الى اختبار الفرضيات والاجابة على التساؤلات ثم عرض النتائج التي يمكن تعميمها على مجتمع الدراسة والتي تبين اضرار التدخين الصحية والاقتصادية والبيئية والاجتماعية بمديرية الجراحي لعام 2022. كما تعرف على انها مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل ولقد تعددت طرق اختبار العينة وبالتالي فإن عينة الدراسة تدخل ضمن العينة القصدية التي تقوم على الاختيار القصدي من قبل الباحث للمبحوث استناداً على أهداف البحث للمجتمع الكلي باختلافه وتنوعه

وفي هذا البحث فإن مجتمع الدراسة مجموعة من الرجال والنساء تتراوح اعمارهن من 15-45 عام بمديرية الجراحي حيث أعتدنا في دراستنا على العينة القصدية وأستجواب الرجال والنساء عن موضوع التدخين من خلال طرح بعض الاسئلة التي تتعلق به فوزع الاستبيان على عينات قدرت 150 شخص توفرت فيه شروط البحث

الاساليب الاحصائية :-

أستعملنا البرنامج الاحصائي للمعلومات الاجتماعية spass لتحليل النتائج وأختبار الفرضيات .

أدوات جمع البيانات :-

تعد ادوات جمع البيانات التي تشكل نقطة اتصال بين الباحث والمبحوثين والتي تمكنه من جمع المعلومات من المبحوثين .

تعريف الاستبيان:- هو احد الوسائل التي يعتمد عليها الباحث في تجميع البيانات والمعلومات ومصادرهما ويعتمد الاستبيان على استنطاق الناس المستهدفين في البحث من اجل الحصول على اجابتهم عن الموضوع والتي يتوقع الباحث انها مقيدة لبحثه وتساعد على أختبار فرضياته .

يهدف الاستبيان في دراستنا هذه الى معرفة الاضرار الصحية و الاقتصادية والاجتماعية والبيئية التي تؤثر على المجتمع بشكل عام وعلى الفرد بشكل خاص . .

المبحث الاول :-

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية .

1-منهج الدراسة :- لقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الاكثر ملائمة لموضوع البحث ويمكن تعريفه على انه أحد اشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة معينة او مشكلة محددة وتصويرها كمياً او عن طريق جمع البيانات ومعلومات مقتنة عن ظاهرة او مشكلة وتصنيفها وتحليلها و أخضعها للدراسة الدقيقة . ان التعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها ، اما التعبير الكمي فيعطيها وصفاً عادياً ويوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها أو درجة ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى

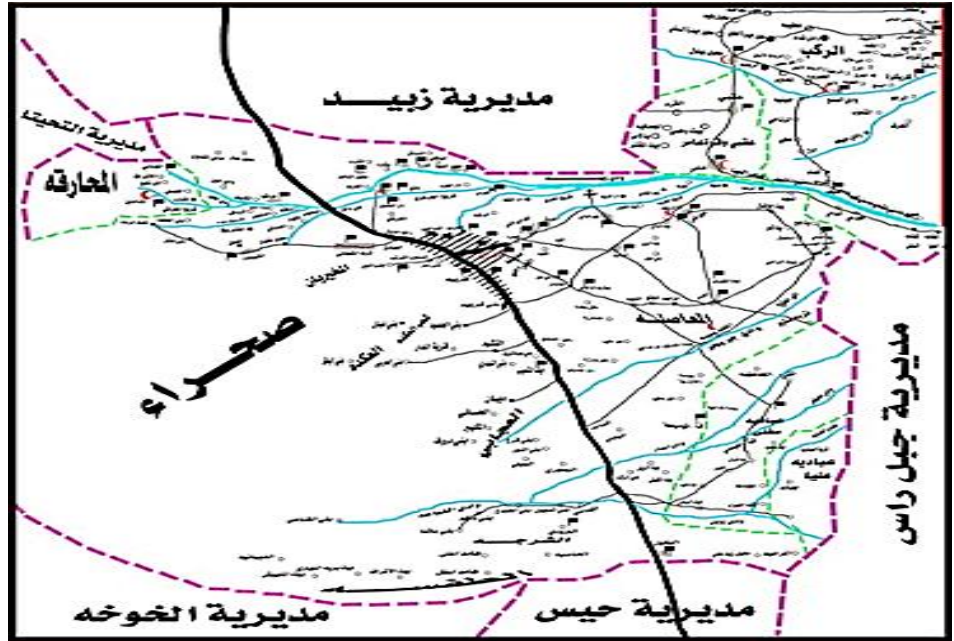
-مجالات الدراسة :-

المجال المكاني :- أجريت هذه الدراسة في مديرية الجراحي وقد أجريت في عدة مناطق ريفية.

المناطق الريفية (قرية بني المزجاجي - قرية بني شريهد - حارة الفاروق - المساحيب - شارع النخيل -

2-المجال الزمني :- أجريت الدراسة خلال سنة 2022 خلال مدة قاربت شهرين

*-موقع الجراحي .



٣- عينة الدراسة :-

تعريف العينة :- هي جزء عيني حسي من جماعة مختارة للدراسة وتكون العينة صالحة إحصائياً بقدر ما تمثل المجال المدروس الى ابعدهد تقديرى ممكن .

وصف الاستبيان :- احتوى الاستبيان على 29سؤال بحيث يحتوى كل سؤال على خيارات او فئات تساعد على تقديم إجابات محددة مسبقاً وكانت موزعة على محورين رئيسيين وكانت كالتالى :-

المحور الاول :- معلومات عامة .

المحور الثانى :- اسئلة تتعلق بالتدخين .

المبحث الثاني

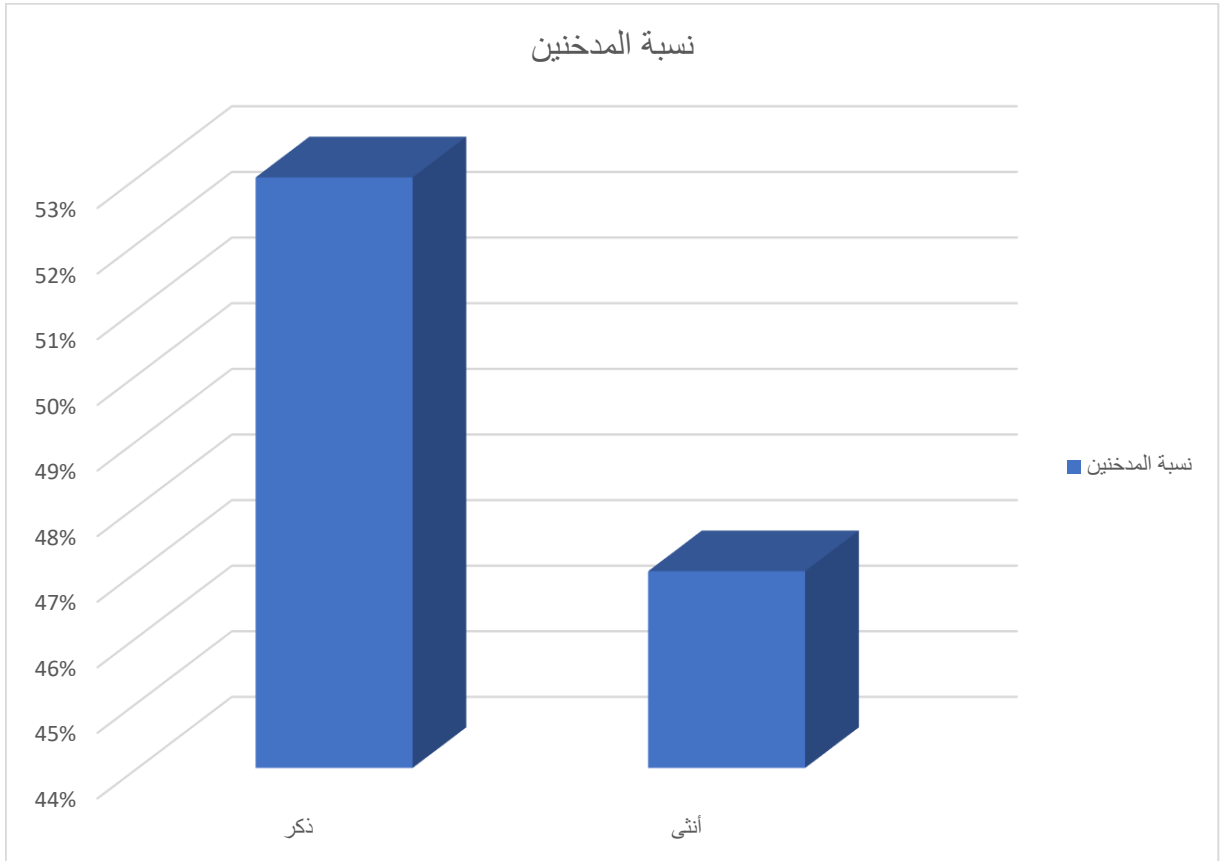
عرض نتائج الدراسة
وتحليل ومناقشة الفرضيات
الاستنتاجات والتوصيات .
خلاصة الفصل .
الخاتمة

عرض نتائج الدراسة

تم ملي ١٥٠ إستمارة مدخنين خلال فترة الدراسة وكانت النتائج كالآتي :-
الجنس.

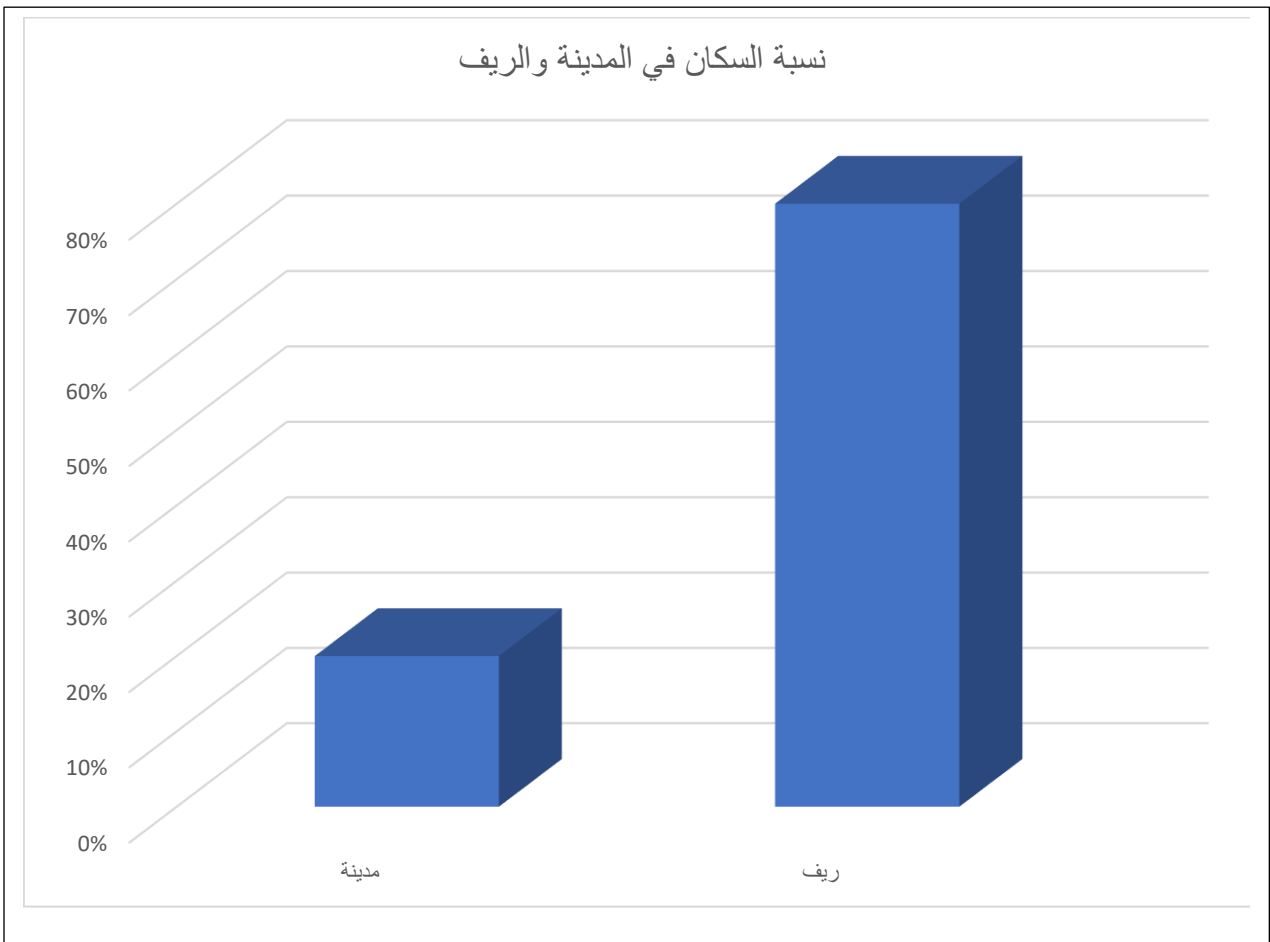
الجنس	ذكر	أنثى
نسبة المدخنين	٥٣%	٤٧%

نسبة المدخنين من النساء كانت ٤٧% بينما نسبة الرجال المدخنين كانت ٥٣%.



*- السكان

المجموع	ريف	مدينة	السكن
100%	%80	%20	نسبة السكان في المدينة والريف



* عند سؤال المدخنين عن العمر الذي ابتدأوا يدخنون فيه كانت النسب كالتالي :-

العمر

العمر	الجنس		المجموع الكلي
	انثى	ذكر	
15-20	60%	40%	100%
21-30	40%	60%	100%
31-40	50%	50%	100%
41-45	41%	59%	100%

٢٨٪ من المدخنين بدأوا بالتدخين ضمن المدى العمري (١٥-٢٠) سنة

وكانت نسبة الذكور بينهم مساوية الى ٤٠٪ بينما النساء فكانت نسبتهم ٦٠٪.

٥٧- من المدخنين كان ضمن المدى العمري (٢١-٣٠) سنة وكانت نسبة الذكور بينهم

مساوية الى ٤٠٪ بينما النساء فكانت نسبتهم ٦٠٪.

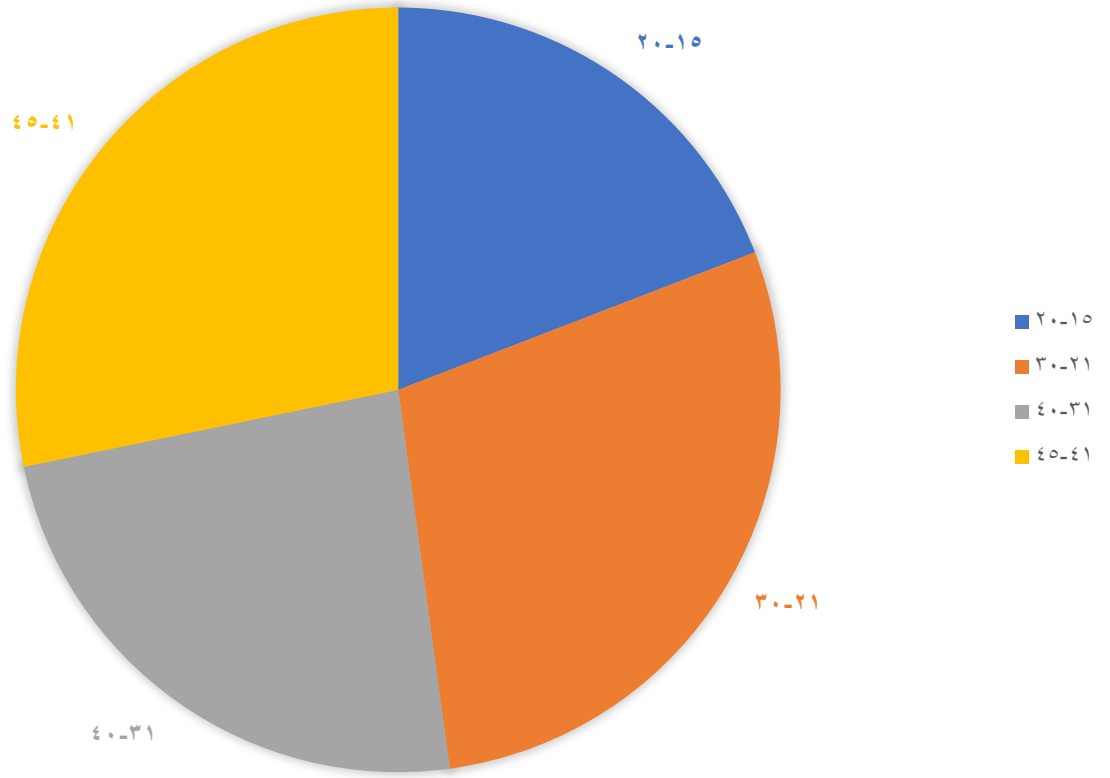
٣٢- من المدخنين بدأوا التدخين بعمر (٣١-٤٠) سنة وكانت نسبة الذكور بينهم

مساوية الى ٥٠٪ وكذلك النساء نسبتهم ٥٠٪.

٣٣- من المدخنين بدأوا التدخين ضمن المدى العمري (٤١-٤٥) سنة منهم ٥٩٪

ذكور وبينما نسبة الإناث كانت ٤١٪.

الجنس ذكر



* عند سؤال المدخنين عن السبب الذي دفعهم للتدخين كانت الاسباب كالتالي:-

النسبة المئوية	التكرار	ما الاسباب التي تدفعك الى التدخين
16%	24	للتقليد
24%	36	من الهموم
53,3%	80	لغرض الكيف
6,7%	10	لا يعلم سبب إقدامه على التدخين
100%	150	المجموع

٢٤٪ منهم كان احد دوافعة التقليد.

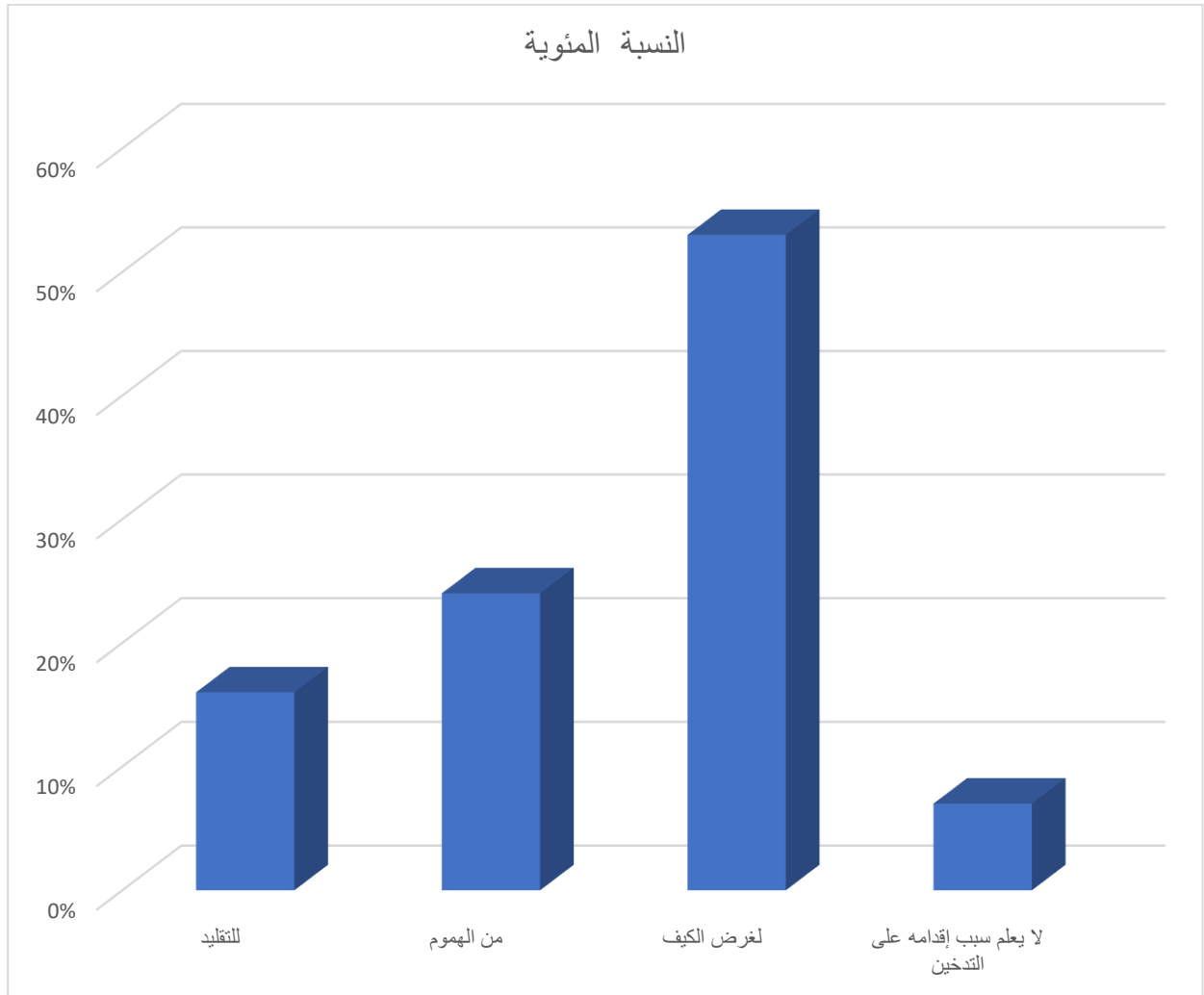
٣٦٪ منهم كان سبب تدخينهم للتخلص من الهموم والهروب من الواقع.

٨٣٪ منهم كان احد دوافعة لغرض الكيف.

١٠٪ منهم اشار الى انه لا يعلم سبب إقدامه على التدخين .

من كل الاجابات السابقة يتبين مدى خطورة واهمية وسائل الاعلام المرئية والمسموعة والمقروءة في رسم صورة في ذهن الاشخاص وبالخصوص المراهقين والاطفال فيهم عن وهم ضرورة التدخين لانه يريح الاعصاب ووسيلة للهروب من الواقع الذي يعيشون فيه دون البحث عن الطرق الملائمة لحل المشاكل والمصاعب التي يمر بها المراهق المقبل على مرحلة تغيير مهمة في حياته تشكل شخصيته في

المستقبل او يعطي إنطباع لآخرين بأنه اصبح رجلاً او ان الفتاة عليها ان تثبت وجودها او مساواتها بالرجل من خلال التدخين عدا هذا فإن الكثير من وسائل الاعلام تقدم الفتاة الراقية وسيدة المجتمع هي المدخنة وخاصة ان شركات التبغ بادرت بالمقابل بصناعة انواع من السجائر صغيرة الحجم وبالوان وروائح بناتيه او انتويه كوسيلة لاقتناع الفتيات بأن التدخين وسيلة لاظهار الرقي وقوة الشخصية .



-* تم سؤال المدخنين اذا كانوا يعانون من مشاكل صحية بسبب التدخين وكانت الاجابات كالتالي:-

المجموع	التكرار		هل تعاني من مشاكل صحية بسبب التدخين
	انثى	ذكر	
60	30	30	نعم
44	20	24	أحياناً
46	26	20	لا
150	76	74	المجموع

60% من المدخنين الذين يعانون من مشاكل صحية بسبب التدخين 30% منهم كان من الذكور وايضاً 30% منهم كان من الاناث .

44% من المدخنين الذين يعانون احياناً من مشاكل صحية بسبب التدخين 24% منهم من الذكور و 20% منهم من الاناث .

46% من المدخنين الذين لا يعانون من مشاكل صحية بسبب التدخين 20% منهم من الذكور و 26% منهم من الاناث .

* سؤال المدخنين عن المشاكل الصحية التي يعانون منها وكانت الاجابات كالتالي:-

المشاكل الصحية التي يعانون منها المدخنين	نسبة المئوية للمشاكل الصحية التي يعانون منها المدخنين
يعانون من توتر عصبي	56%
يعانون من فقدان الشهية	47%
يعانون من حموضة في المعدة	83%
يعانون من سعال	57%
يعانون من مشاكل في الضغط	38%
يعانون من مشاكل في الانسان	65%
يعانون من صعوبة في النوم	37%
يعانون من فقدان الرغبة الجنسية	45%

٥٦% من المدخنين يعانون من توتر عصبي.

٤٧% من المدخنين يعانون من فقدان الشهية .

٨٣% من المدخنين يعانون من حموضة المعدة .

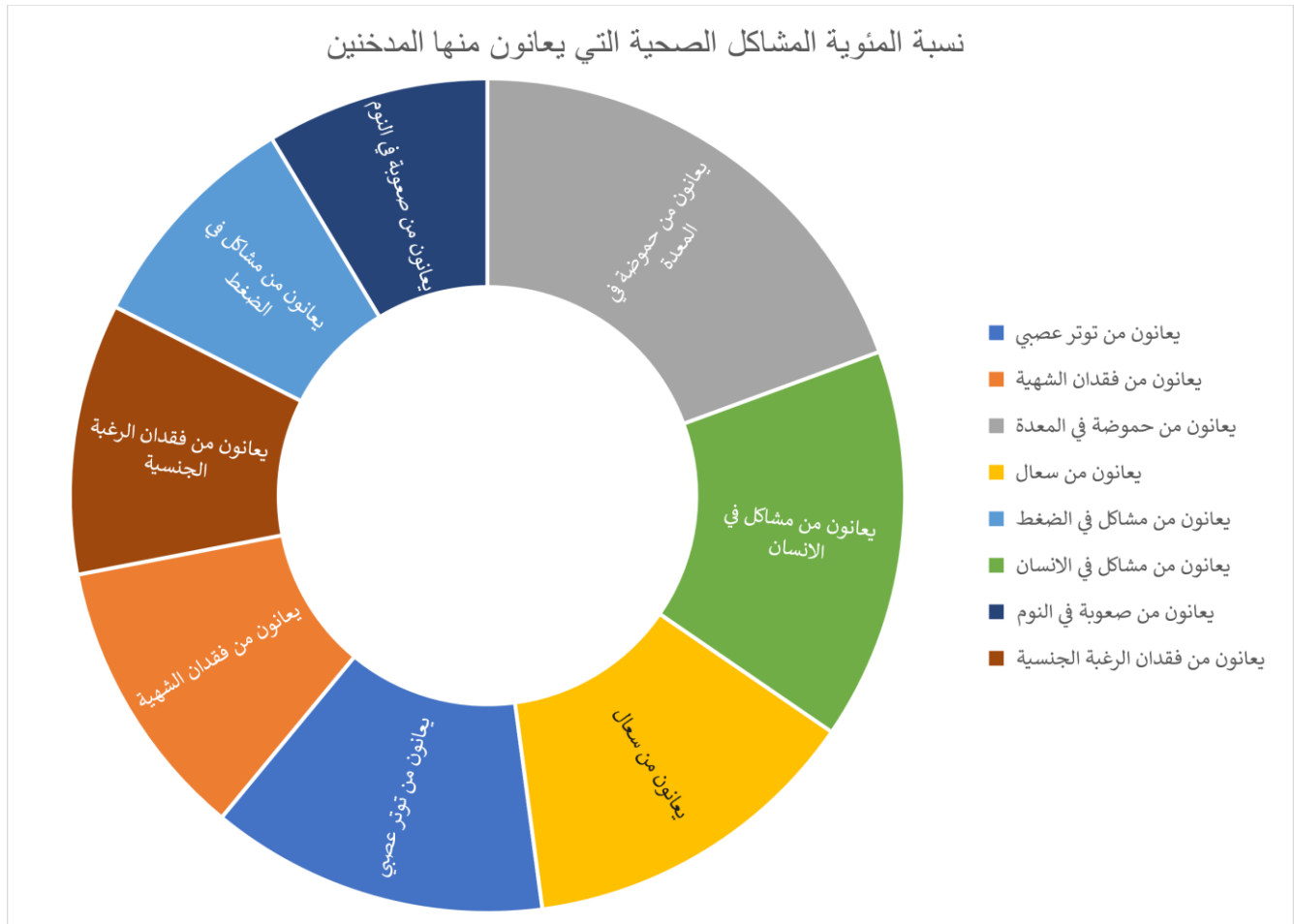
٥٧% من المدخنين يعانون من السعال .

٣٨% من المدخنين يعانون من مشاكل في الضغط .

٦٥% من المدخنين يعانون من مشاكل في الاسنان

٣٧٪ من المدخنين يعانون من صعوبة في النوم .
٤٥٪ من المدخنين يعانون من فقدان الرغبة الجنسية.

-من النتائج السابقة يتضح مدى خطورة ما يتعرض له المدخنون من اعراض ناتجة عن التدخين والمشكلة الحقيقية الوهم الذي يعيش فيه المدخنون وهم في حالة اهمال لخطورة التدخين على اجسادهم وذلك نتيجة الادمان الذي يمر فيه جسم الشخص المدخن لتعوده على نسبة نيكوتين في دمه متى ما تلت يبدأ مستوى التوتر يرتفع لديه .



*- تم سؤال المدخنين عن الاماكن التي يدخنون فيها وكانت الاجابات كالتالي:-

النسبة المئوية	التكرار	الاماكن التي تفضل التدخين فيها
30%	45	في المنزل
20%	30	في مكان عام
23%	34	في مكان خاص
27%	41	في اي مكان
100%	150	المجموع

يتضح لنا من خلال الجدول ان -

45 من المدخنين يدخنون في المنزل

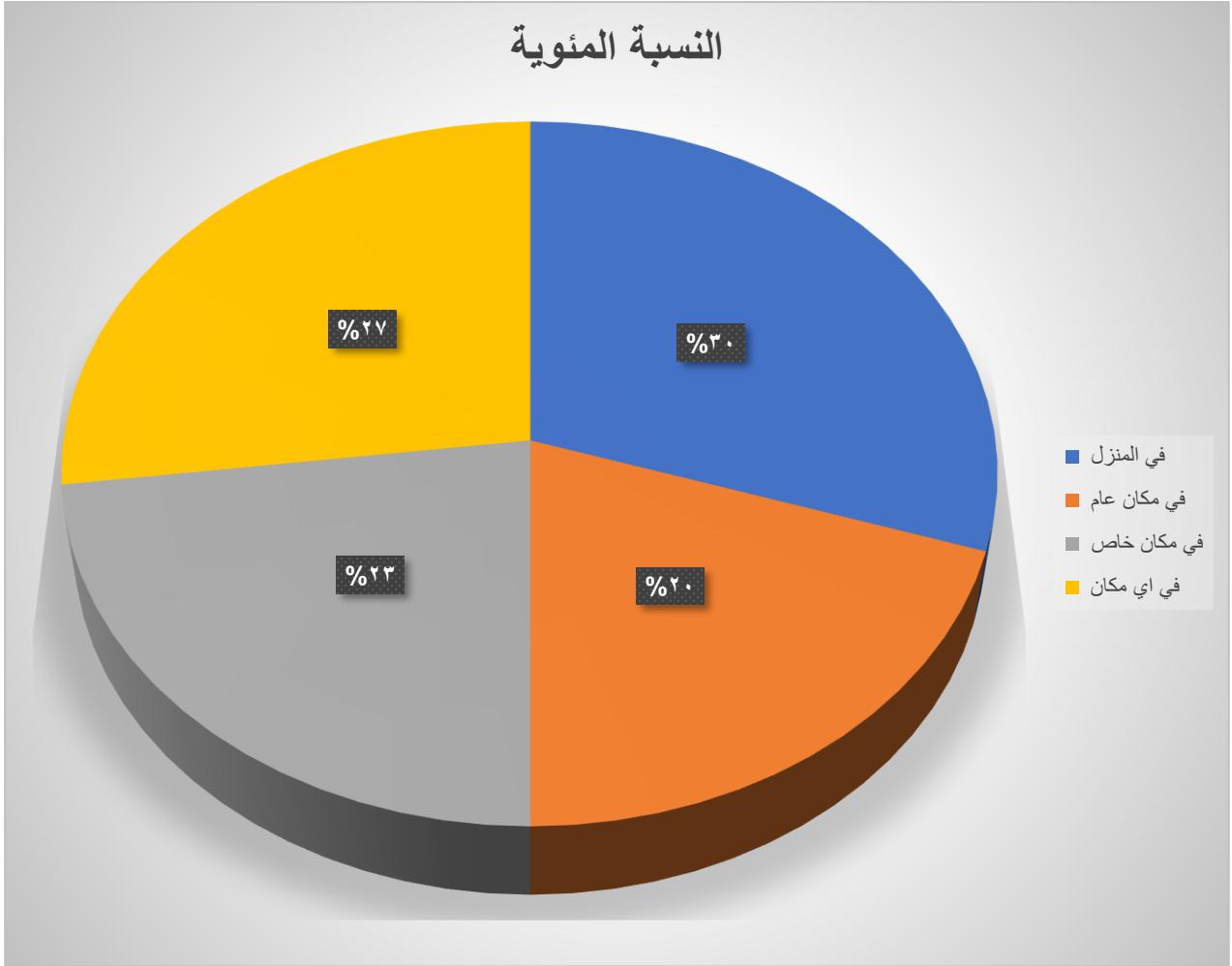
30 من المدخنين يدخنون في اماكن عامة .

34% من المدخنين يدخنون في اماكن خاصة .

41% من المدخنين يدخنون في اي مكان .

-النتائج السابقة تظهر مدى سعة شرائح المجتمع التي لا تدخن لكنها تتعرض لدخان السجائر بالاضافة الى ما ينفثه الشخص المدخن من غازات وابخره عن فمه وانفه مما يؤدي التكوين مركبات اكثر تعقيداً خطورة على صحة الانسان غير المدخن لكنه يجلس بالقرب من شخص مدخن او اكثر .

النسبة المئوية



*-لمعرفة من اين تعلم المدخنون التدخين تم سؤالهم عن ذلك وكانت النتائج كالتالي:-

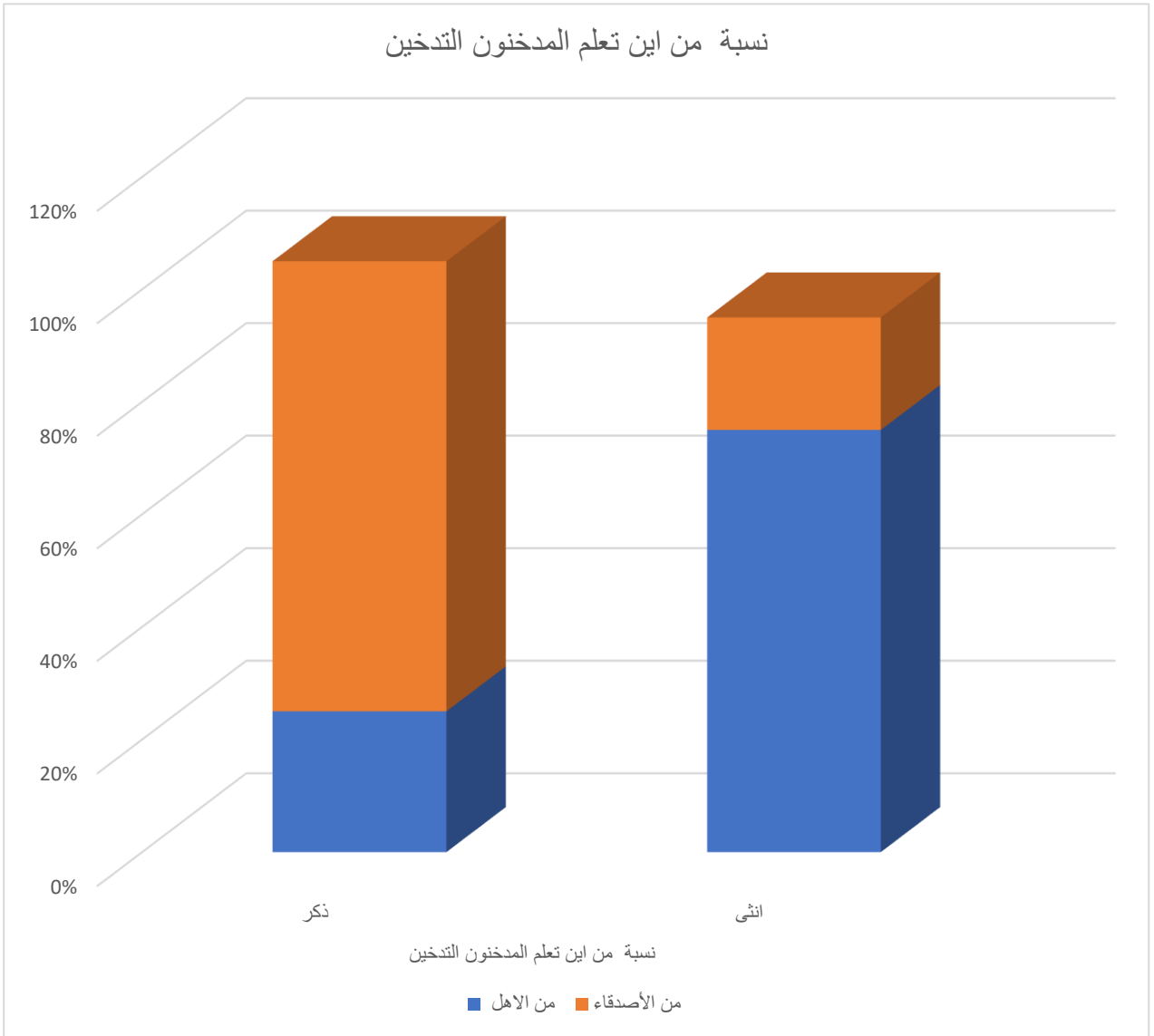
المجموع	نسبة من اين تعلم المدخنون التدخين		كيف تعلمت التدخين
	انثى	ذكر	
%100	%75	%25	من الاهل
%100	%20	%80	من الأصدقاء

٥١ منهم من تعلم التدخين من الاهل وكانت نسبة الرجال منهم حوالي ٢٥٪ اما النساء فكانت نسبتهم ٧٥٪.

٧٣٪ من المدخنين تعلم التدخين من الاصدقاء وكانت نسبة الرجال ٨٠٪ اما النساء فكانت نسبتهم ٢٠٪.

- مما سبق يتبين اهمية المثل الاعلى للمراهقين والشباب حيث ان الشاب الذي يكبر ويرى والده يدخن احتمالية ان يكون الشاب مدخن مستقبلاً بنسبة عالية جداً وكذلك نفس الشيء للاناث .

على الاهل الانتباه الى اولادهم المراهقين خاصة ومحاولة منعهم من الاختلاط بالاصدقاء المدخنين للتقليل من احتمالية تدخينهم بالمستقبل .

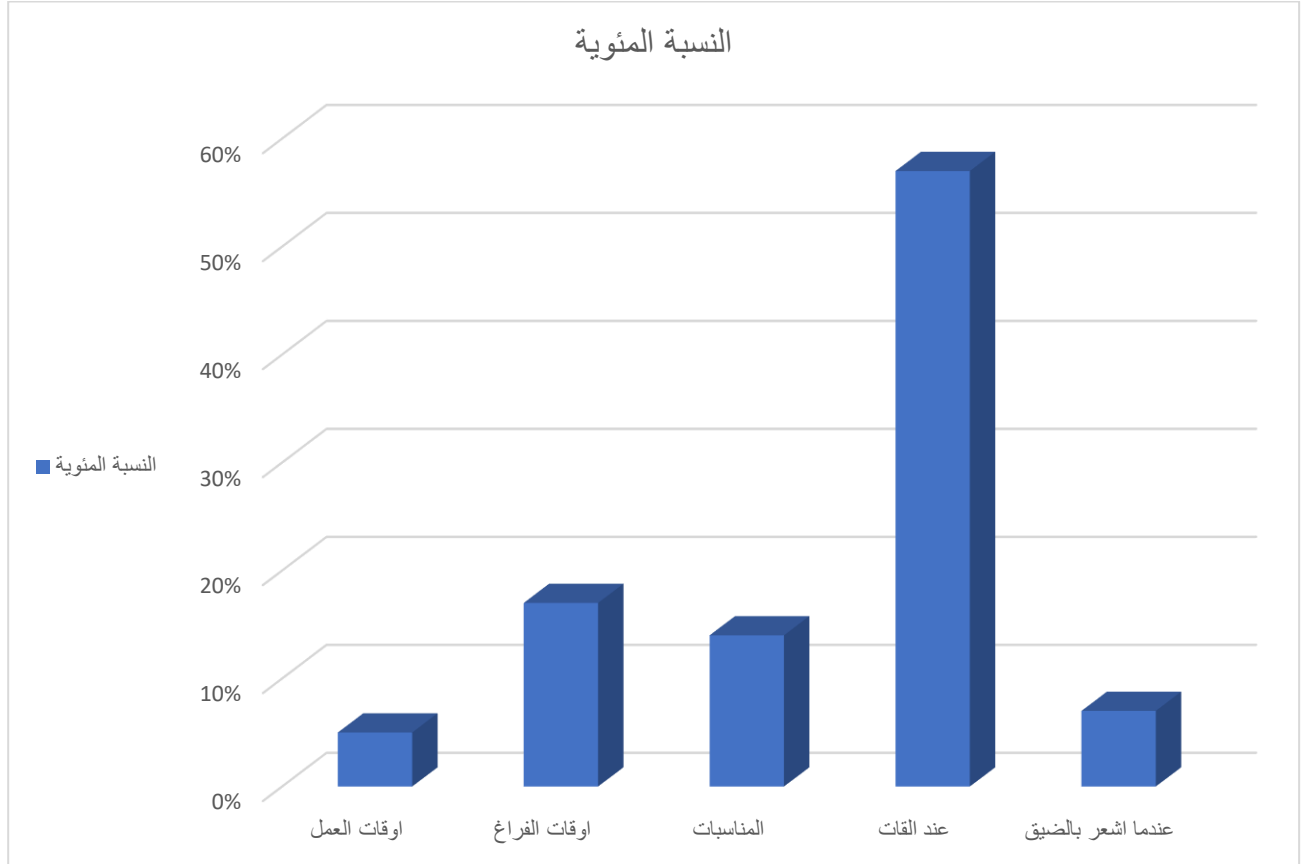


-تم سؤال المدخنين عن الاوقات التي يدخنون فيها اكثر من غيرها والاجابات كانت كالتالي:-

النسبة المئوية	التكرار	متى تتعاطى الدخان بكثرة
5%	7	اوقات العمل
17%	25	اوقات الفراغ
14%	21	المناسبات
57 %	86	عند القات
7%	14	عندما اشعر بالضيق
100%	150	المجموع

- ٧٪ منهم يدخن اكثر في اوقات العمل .
- ٢٥٪ منهم يدخن اكثر في اوقات الفراغ
- ٢١٪ منهم يدخن اكثر عند المناسبات .
- ٨٦٪ منهم يدخن اكثر عند تناول القات .
- ١٤٪ منهم يدخن اكثر عند الشعور بالضيق.

لهذا على الشخص الراغب بالإقلاع عن التدخين ان يبتعد عن الاصدقاء المدخنين خاصة في الفترات الاولى من إقلاعه وكذلك يتجنب كل الحفلات والجلسات التي يتم اداول السجائر فيها والدخان بأنواعه بشكل مفرط وعليه ان يحاول أخذ كمية من المكسرات في جيبه اينما ذهب ليسهل عليه إيجاد البديل في حال احتاجه.



*- عند سؤال المدخنين إن كانوا يعلمون بأن التدخين سبب رئيسي لأمراض السرطان

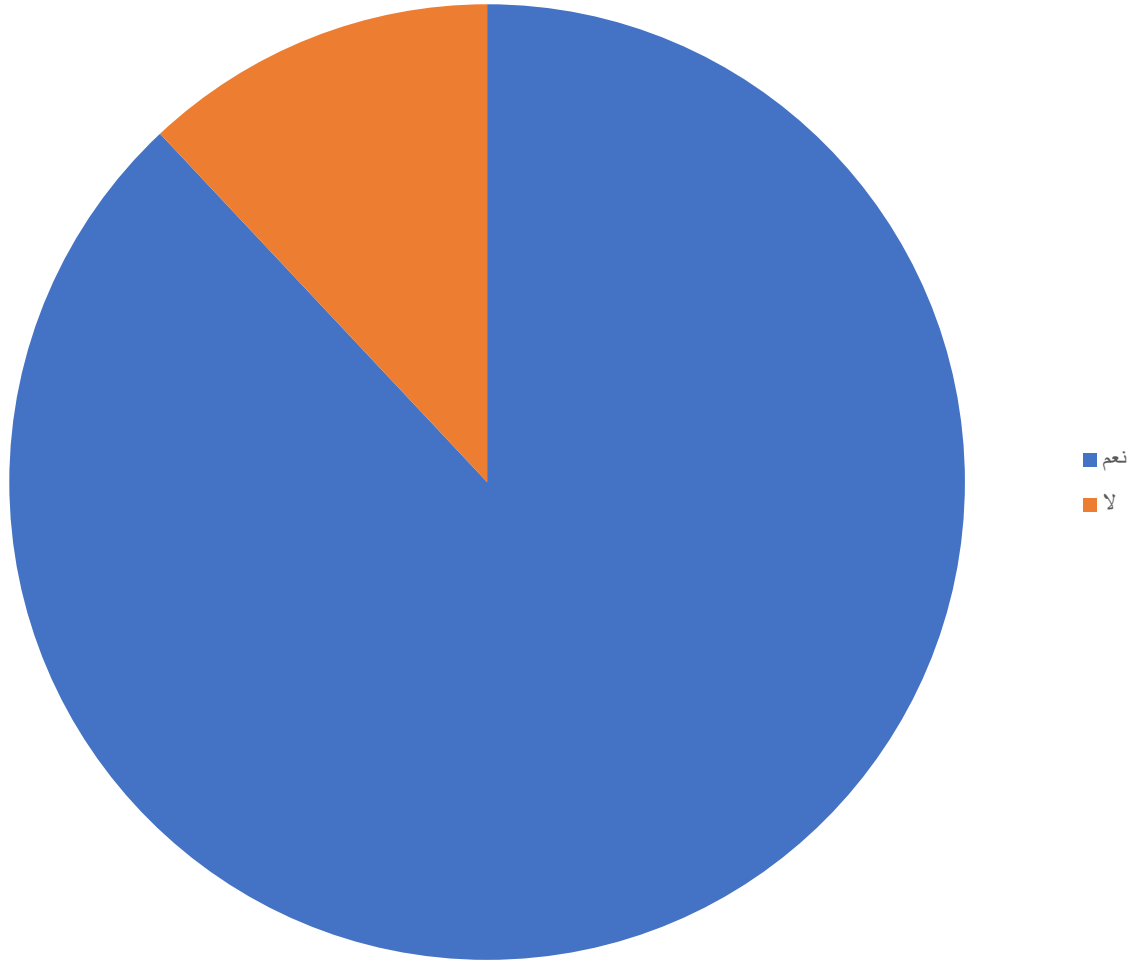
هل تعلم ان التدخين سبب رئيسي لامراض السرطان	نسبة المدخنين الذين كانوا يعلمون بأن التدخين سبب رئيسي لأمراض السرطان
نعم	88%
لا	12%
المجموع	100%

٨٨٪ منهم كان يعلم ذلك.

١٢٪ منهم كان لايعلم بذلك .

- على اساس هذه النتيجة فإنه من الضروري ان يتم عمل مؤتمرات شبابية للتكلم عن مخاطر التدخين وكذلك ندوات تلفزيونية وطبع كتيبات ونبذ موجهة للاطفال والمراهقين تبين تبعات التدخين وتعرض صور لحالات مرضية واقعية ناتجة عن التدخين لطبع الصورة في اذهانهم ومنحهم حصانة تقلل من احتمالية ان يكونوا اشخاص مدخنين في المستقبل .

نسبة المدخنين الذين كانوا يعلمون بأن التدخين سبب رئيسي لأمراض السرطان



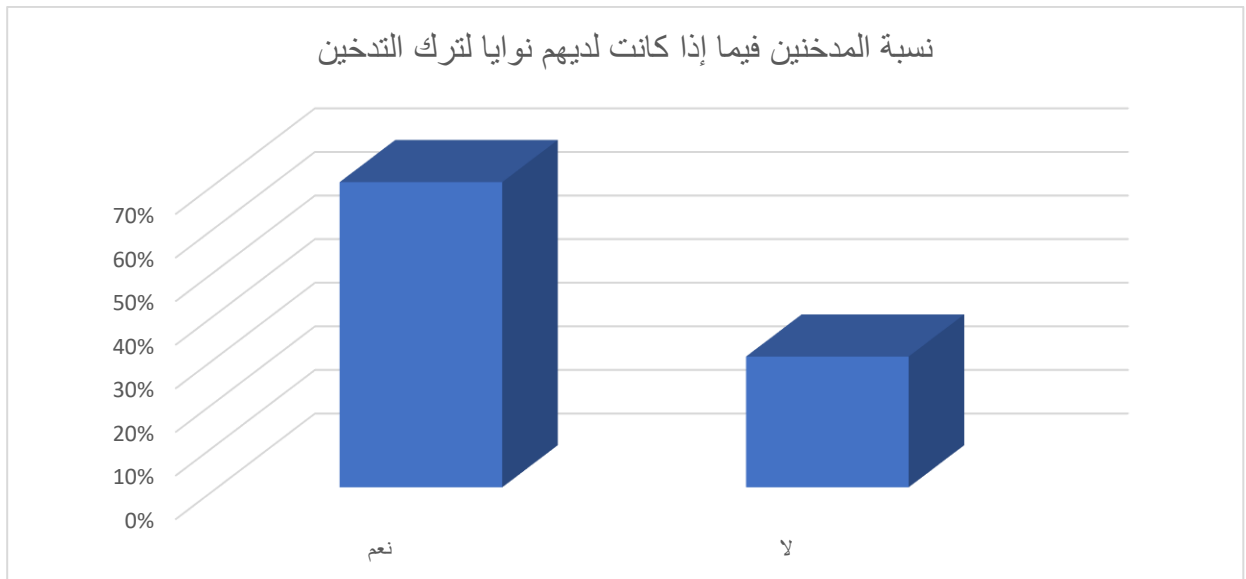
*- سألنا المدخنين فيما إذا كانت لديهم نوايا لترك التدخين.

هل لديك نية لترك التدخين	نسبة المدخنين فيما إذا كانت لديهم نوايا لترك التدخين
نعم	70%
لا	30%
المجموع	100%

٧٠٪ منهم لديه النية لترك التدخين .

٣٠٪ منهم ليس لديه النية لترك التدخين .

نستدل من هذه الاجابات انه من الضروري انشاء مراكز او وحدات تابعة لوزارة الصحة يتواجد فيها أطباء باختصاصات مختلفة (نفسية ، قلبية ، باطنية) للإشراف على الاشخاص الذين يرغبون بترك التدخين ولا يعرفوا كيف يباشروا في الموضوع وكيف يحموا انفسهم من العودة في حال تركهم لها .



نتائج الدراسة:-

الفرضيات :-

- ١- قلة الوعي او الجهل من الأسباب التي تؤدي الى التدخين .
- ٢ -يسبب التدخين أضراراً صحية.
- ٣- يسبب التدخين أضراراً إقتصادية وإجتماعية .
- ٤ -يسبب التدخين اضراراً بيئية.
- ٥- الاهل والبيئة لهم دور في تعلم هذه العادة السيئة
- ٦-الاصدقاء لهم دور في تعلم هذه العادة .
- ٧-التدخين من اهم الاسباب الرئيسية التي تؤدي الى التدخين.
- ٨-يعتبر التدخين السلبي اكثر خطورة من التدخين ذاته .
- ٩-الهموم والمشاكل والبطالة من الاسباب التي تؤدي الى التدخين .
- ١٠-القات من اهم الاسباب الرئيسية التي تؤدي الى التدخين في مجتمعنا .

التوصيات:-

(١) لتوفير الاندية الرياضية وإشراك أكبر عدد من الشباب في المجالات الرياضية وأستيعابهم دور كبير لإبعادهم عن التفكير بالتدخين كجزء من إبراز الرجولة او الاحساس بالقيمة .

(٢) لتوفير فرص العمل الالهية البالغة للتقليل من التوتر الحاصل عند الشباب والذي بالإمكان ان يكون دافع خفي عند الشباب كنوع من الهروب من الواقع والمستقبل المجهول امامه.

(٣) التعاون مع منظمات المجتمع المدني والمنظمات الدولية والانسانية لتنمية المجتمع لضرورة تثقيف الاساتذه والمعلمين في الجامعات والمدارس والمرشدين الدينيين في الجوامع وكذلك الاهل لان يكونوا قدوة حسنة لأطفالهم خاصة في مجال حماية صحتهم والاهتمام بغذائهم .

(٤) طباعة القصص والكتيبات الحاوية على صور بالامكان تلوينها من قبل الاطفال الصغار جداً والتي بالإمكان ان يستثمرها الاهل كوسيلة لزرع اهمية عدم الاقتراب من التدخين ومخاطره الصحية .

(٥) منع كافة الدعايات الخاصة بأنواع السجائر كافة وعدم السماح للترويج لها وخاصة في وسائل الاعلام المرئية والمسموعة والمقروءة حيث ان الكثير من الدعايات تبين المدخنين بهيئة ابطال عن طريق ممثلين مشهورين ومحبيين لدى عامة الشعب وبالاخص الشباب والمراهقين.

٦) يجب ان تتحد جميع الاصوات والاقلام معاً لصد تيار التبغ بمساعدة الجميع كلا من موقعه وذلك:-

١- عدم التدخين اثناء العمل والاجتماعات .

٢- عدم تقديم السجائر في البيت للزوار .

٣- عدم التدخين داخل المنزل وفي الغرف المغلقة وخاصة بوجود الاطفال والنساء الحوامل او مرضى الجهاز التنفسي .

٤- يمنع التدخين منعاً باتاً في جميع المدارس والجامعات وفي جميع مراحلها .

٥- إدخال مواد تثقيفية عن مضار التدخين في المناهج التعليمية للمدارس فضلاً عن حملات توعية لحث الطلاب على الابتعاد عن التدخين والمدخنين والاقلاع عنه.

٦- يمنع منعاً باتاً التدخين أثناء الدرس وفي قاعات الدراسة وفي المكتبات العامة

٧- على اجهزة الاعلام منع الدعاية للتدخين وعلى إدارة الاذاعة والتلفزيون وكافة وسائل الاعلام ووضع دعاية مضادة له مع إدخال برامج تثقيفية عن مضار التدخين.

٨- اما بالنسبة للدولة فعليها فرض خطر شامل على جميع اشكال الترويج للتبغ مع وضع معايير وحدود قصوى لمستويات القار والنيكوتين واول اكسيد الكربون والمعادن الثقيلة مع عدم الاستمرار في استخدام أو استيراد سجائر بها نسبة مرتفعة من القار والنيكوتين فضلاً عن فرض ضرائب إضافية على استيراد السجائر عامة .

٨- عدم السماح نهائياً بالتدخين في الاماكن المغلقة الا في اماكن معينة ومحدودة جداً .

٩- طباعة العديد من البوسترات والفولدرات الخاصة بالتوعية بالطرق الصحيحة والمثلى لترك التدخين وذلك لتسهيل الموضوع أمام المدخنين الذين يأسوا من كونهم قادرين على ترك التدخين ومحاولة إقناعهم أن عدم قدرتهم على ترك التدخين ما هو الا وهم وانهم قادرين على ترك التدخين في اي وقت.

١٠- إنشاء مراكز أو وحدات تابعة لوزارة الصحة يتواجد فيها اطباء باختصاصات مختلفة (نفسية ، قلبية ، باطنية) للإشراف على الاشخاص الذين يرغبون بترك التدخين ولايعرفون كيف يباشروا في الموضوع وكيف يحموا انفسهم من العودة الى التدخين في حال تركهم له.

١١- عقد المؤتمرات والندوات التثقيفية داخل الدوائر والوزارات للتوعية بمخاطر التدخين والطرق الافضل لتركه.

٢٢- فرضت الكثير من الدول على مصانع السجائر وضع صورة تمثل مخاطر التدخين على علب السجائر مثل الصور المعروضة تالياً بحيث يتم كتابة تعليق عليها لتشجيع المدخن على ترك التدخين .

الملاحق



معهد الجراحى للعلوم الصحية
مشاريع التخرج
قسم :مساعد طبيب

استبيان حول انتشار ظاهرة التخخين فى وسط مجتمع مدينة الجراحى و مخاطرة الصحية

عزيزى ..

نحن طلاب مساعد طبيب سنة ثالثة بمعهد الجراحى للعلوم الصحية ... نقوم باجراء دراسة بعنوان (دراسة مدى انتشار ظاهرة التخخين فى وسط مجتمع مدينة الجراحى و مخاطرة الصحية) ...وذلك لتبيل درجة الدبلوم العالى

ان هذه الدراسة تهدف بالدرجة الاولى الى الكشف عن اسباب انتشار ظاهرة التخخين وتأثيراته الصحية ، علاوة على ذلك فانها تهدف الى صياغة توصيات تساهم فى تقليل انتشار الظاهرة من خلال معرفة اسبابها والتوعية للتقليل منها

نرجوا منكم تعبئة الاستمارة بحسب ما هو محدد ونود التاكيد لكم بأن جميع البيانات ستعامل بسرية تامة وهى تستخدم لغرض البحث العلمى ولن يلحقكم أى ضرر من اجابتك على هذه الاسئلة

مع تمنياتنا لكم بالسلامة التامة

أولاً: معلومات عامة : السكن : مدينة ريف

هل انت مدخن ؟ نعم لا				الجنس	
				ذكر	انثى
العمر :					
غير ذلك	٤١ الى ٤٥	٣١ الى ٤٠	٢١ الى ٣٠	١٥ الى ٢٠	
الحالة الاجتماعية :					
ارمل او مطلق		متزوج		عازب	
المستوى التعليمى:					
امى	يلقى وكتتب	تعليم اساسى	ثانوية عامة	جامعى او ما يعادله	
طبيعة العمل					
رب بيت	عمل خاص	موظف			
الحالة الاقتصادية (الدخل)					
متدنى جدا	لا يلى	متوسط	مستوى جيد		

ثانيا: الرجاء وضع علامة ✓ في الخانة التي تتوافق مع مشاعرك الحقيقية دون ترك أي سؤال دون اجابة حيث لا توجد اجابات صحيحة و اخرى خاطئة :

متي بدأت بالتدخين ؟

أقل من سنة	من سنة الي ثلاث سنوات	أكثر من ذلك

ما هو نوع الدخان الذي تتعاطاه	غالبا	دائما
سيجارة		
مداعة تنباك		
كوز منقوت		
شيشة معسل		

كم مرة تتعاطي الدخان في اليوم

مرة واحدة	أكثر من مرة

كيف تعظمت الدخان

من الاهل	من الاصدقاء	من نفسي

هل تعاني من مشاكل صحية بسبب الدخان

نعم	أحيانا	لا

هل لديك نوايا لتترك التدخين

نعم	لا

هل تعرضت لانتقادات بسبب التدخين

من الاهل	من الاصدقاء	من زملاء	من اخرين

الاماكن التي تفضل التدخين فيها ؟

المنزل	في مكان عام	في مكان خاص	في أي مكان

متي تتعاطي الدخان بكثرة

اوقات العمل	اوقات الفراغ	المناسبات	عند القات	عندما اشعر بضيق

هل تتعاطي التدخين جوار اطفال

نعم	أحيانا	لا

هل تعلم ان الدخان سبب رئيسي لامراض السرطان

نعم	لا

هل تشعر بصعوبة في التنفس

نعم	أحيانا	لا

هل تعاني من توتر عصبي

نعم	أحياناً	لا

هل تعاني من فقدان الشهية

نعم	أحياناً	لا

هل تعاني من حموضة في المعدة

نعم	أحياناً	لا

هل تعاني من سعال

نعم	أحياناً	لا

هل تعاني من مشاكل في الضغط

نعم	أحياناً	لا

هل تعاني من مشاكل في الأسنان

نعم	أحياناً	لا

هل تعاني من صعوبة في النوم

نعم	أحياناً	لا

هل تعاني من فقدان الرغبة الجنسية

نعم	أحياناً	لا

استبيان مقترح :

1- هل تعاني من اضطرابات في حال عدم التنخين (يعني تشعر انك لم تنخن)؟

إذا كنت الاجابة نعم . انكر لنا هي؟

ماهي الاسباب التي تتفكك للتخين ؟

هل تلبد او من الهجوم او تعرض التكيف إذا كنت هناك اسباب الخوف انكرها

اسم الطالب الذي قام بالاستبيان :

تاريخ الاستبيان :

مكرف البحث :

الأستاذ / عمر الفتح

.....

بعض من أشكال التدخين المنتشرة في مديرتنا الجراحي

















