



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دیرخانه ستاد کشوری دخانیات

قلیان، دوزخ و دود است



اثر بهداشتی استعمال قلیان

بر خلاف تصور، بعضی افراد دود حاصل از قلیان، به هیچ وجه کم خطر نیست بلکه حاوی مواد سرطانزا و سمی بیشماری است که باعث سرطان‌های ریه، لب و فخره دهانی، بیماری‌های قلبی عروقی و دیگر بیماری‌ها و سرطان‌ها می‌شود. خطر ابتلا به سرطان ریه در افرادی که قلیان و سایر مواد دخانی مصرف می‌کنند ۵ برابر افرادی است که مصرف‌کننده این مواد نیستند.

هر فرد سیگاری به‌طور متوسط روزانه ۸ تا ۱۲ نخ سیگار مصرف می‌کند و به‌طور متوسط با ۴۰ تا ۷۵ پک در روز حدود ۰/۵ تا ۰/۶ لیتر دود استنشاق می‌کند در حالی که مصرف‌کننده قلیان در هر پک ۰/۱۵ تا یک لیتر دود استنشاق می‌کند. به عبارت دیگر از نظر مواجهه و استنشاق دود، هر فرد مصرف‌کننده قلیان در هر وعده مصرف معادل ۸۰ تا ۱۰۰ نخ سیگار دود دریافت می‌کند.

در حالی که آب مقدار بسیار کمی از نیکوتین موجود در توتون را جذب می‌کند، مصرف‌کننده قلیان، با توجه به حجم دود دریافتی، به اندازه کافی نیکوتین دریافت می‌نماید که به آن اعتیاد پیدا کند.

تنباکو و توتون مورد استفاده در قلیان معمولاً از بی‌کیفیت‌ترین و نامرغوب‌ترین انواع موجود و در واقع خطرناک‌ترین آنها می‌باشند، از طرفی اسانس‌ها و مواد معطر استفاده شده در تنباکوهای معسل یا میوه‌ای حاوی هزاران ماده سمی و گسنگه است.



منابع
- سازمان جهانی بهداشت، کتاب قلیان و اثرات آن
- مرکز سیسگوری و کنترل بیماری‌ها (CDC)

استعمال دخانیات از طریق قلیان

به‌طور کلی قلیان از قسمت‌های سر، بدنه، جام آب و شنگ تشکیل شده است. سوراخ‌های موجود در قسمت سر قلیان باعث می‌شود تا دود حاصل از آن، از مجرای میانی به مخزن آب وارد شده و پس از مرطوب شدن در سطح آب، از طریق شنگ استنشاق شود. توتونی که در سر قلیان قرار دارد مرطوب بوده و خود به خود قابلیت اشتعال را ندارد در نتیجه توسط زغال پوشانده می‌شود. هنگامی که سر قلیان پر از توتون و زغال در حال سوختن است، با انجام یک مکش، هوای گرم که شامل مواد حاصل از سوختن زغال و توتون بوده با عبور از بدنه قلیان و ایجاد حباب‌هایی بر سطح آب از راه شنگ به شخص مصرف‌کننده می‌رسد. به‌طور کلی طی یکبار مصرف قلیان، مقدار زیادی منو اکسید کربن، فلزات سنگین و ترکیبات شیمیایی سرطان‌زای حاصل از احتراق زغال، مواد ایجادکننده حرارت و توتون استنشاق می‌شود. این ترکیبات در مقایسه با سیگار به مراتب بیشتر و اثرات سوء آن نیز برای مصرف‌کننده و همچنین افراد در معرض دود تحمیلی، شدیدتر می‌باشد.



قلیان و قانون

- هر نوع تبلیغ، حمایت و تشویق افراد به استعمال مواد دخانی و قلیان ممنوع است.
- استفاده از تعابیر گمراه کننده مانند ملایم، سبک، لایت و معطر بر روی محصولات دخانی و تنباکوهای قلیان ممنوع است.
- فروش و عرضه سیگار و قلیان به افراد زیر ۱۸ سال و یا توسط آنها ممنوع است.
- مصرف قلیان در اماکن عمومی نظیر اماکن تهیه و توزیع مواد غذایی، رستوران‌ها، سفره‌خانه‌ها، اماکن فرهنگی و ورزشی، مراکز آموزشی و پژوهشی، وسایل نقلیه عمومی، هتل‌ها، بیمارستان‌ها، سازمان‌های دولتی و هر نوع مرکز و محل جمعی دیگر ممنوع است.
- ورود، تولید، توزیع، خرید و فروش هر نوع وسایل و کالاهای تبلیغی و جانبی قلیان و سایر محصولات دخانی برابر با قانون ممنوع است.
- مسئولیت اجرای ممنوعیت استعمال قلیان و سایر مواد دخانی در اماکن عمومی بر عهده مدیران، کارفرمایان و متصدیان اماکن مربوط است.
- متصدیان و کارفرمایان اماکن عمومی موظفند تابلوهایی هشدار دهنده مبنی بر ممنوعیت استعمال قلیان و سایر مواد دخانی را در نقاط مناسب و در معرض دید عموم نصب نمایند.



هشدار!!!!

- هر ۶ ثانیه یک نفر در جهان در اثر ابتلا به بیماری‌های مرتبط با دخانیات (قلیان و سایر مواد دخانی) جان خود را از دست می‌دهد.
- مصرف کنندگان قلیان و اطرافیان آنها که در معرض دود تحمیلی آن قرار دارند همچون مصرف کنندگان سیگار مبتلا به انواع سرطان‌ها، بیماری‌های قلبی - عروقی، تنفسی خواهند شد.
- ۱۲ درصد بیماری‌های قلبی و عروقی، ۶۶ درصد برونشیت و سرطان ریه و ۳۸ درصد بیماری‌های حاد تنفسی در جهان به مصرف دخانیات اختصاص دارد.
- زنانی که در طول دوران بارداری خود، مصرف کننده قلیان بوده یا در معرض دود قلیان اطرافیان قرار گرفته‌اند، وزن نوزادانشان در هنگام تولد کمتر از حد طبیعی بوده و خطر ابتلا به بیماری‌های ریوی در این نوزادان بیشتر است.
- چروکیدگی پوست، پیری زودرس، تیرگی زیر چشم و لب‌ها، زردی و فساد دندان‌ها، از دیگر آثار مصرف قلیان است.
- دود حاصل از مصرف قلیان ترکیبی از مواد دخانی و دود ناشی از مواد سوختی می‌باشد که خطری جدی برای اطرافیان محسوب می‌شود.
- استفاده مشترک از قسمت دهانی قلیان، عاملی در انتقال بیماری‌های واگیردار همچون سل و هپاتیت می‌باشد.
- معمولاً بوی شیرین و طعم مطبوع توتونهای معسل قلیان باعث می‌شود برخی مردم، به ویژه جوانان و نوجوانان بدون توجه به اثرات سوء آن، اشتباهاً به مصرف قلیان روی آورند.



الگوی مصرف قلیان در جهان و ایران

- در جهان بیشترین میزان مصرف قلیان در آفریقا، کشورهای شرقی دریای مدیترانه و برخی از کشورهای آسیایی می‌باشد. در بسیاری از این کشورها مصرف قلیان برای بچه‌ها به همراه والدینشان مرسوم است.
- برخی مصرف کنندگان قلیان، منحصرأ قلیان استفاده می‌کنند، در حالی که بیشتر آنها سیگاری نیز هستند.
- در برخی از کشورها مصرف سیگار در بین مردان رواج بیشتری نسبت به زنان دارد ولی شواهد حاکی از آن است که مصرف قلیان در بین زنان و مردان به‌طور مساوی دیده می‌شود.
- صنایع دخانی اغلب به صورت مستقیم و غیرمستقیم، سالم و بی‌ضرر بودن مصرف قلیان را نسبت به سیگار تبلیغ می‌کنند و سعی در گسترش مصرف قلیان و افزایش میزان وابستگی به نیکوتین در سطح جهان دارند.
- مصرف قلیان در بین نسل جوان و نوجوان افزایش یافته است.
- طبق مطالعات انجام شده در ایران مصرف قلیان در بین نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ ساله، از سال ۱۳۸۲ تا ۱۳۸۶ دو برابر افزایش یافته است.

