

التدخين





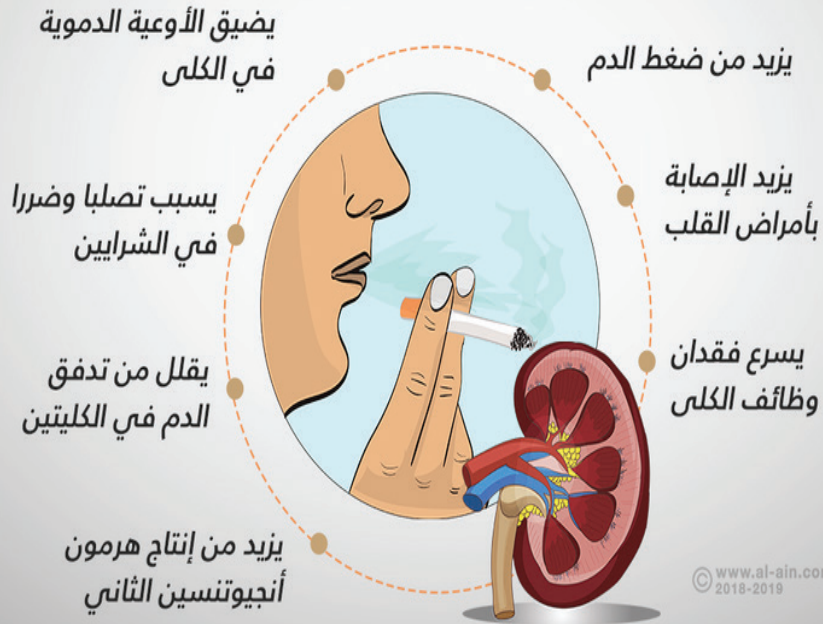
التدخين

قال تعالى : "وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا".
ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: "لا ضرر ولا ضرار"

التدخين هو قيام المدخن بإدخال الدخان إلى الفم ومن ثم إلى الشعب الهوائية، ومن ثم إلى الرئتين. والدخان يحتوي على مجموعة كبيرة من المواد السامة لجسم الإنسان ومن هذه المواد، غاز أول أكسيد الكربون، النيكوتين وهو من المواد السامة بشكل كبير للإنسان.

7 أضرار للتدخين

على مرضى الكلى



الأثار السلبية للتدخين





الأضرار

- الإصابة بالانسداد الرئوي
- التهاب الشعب
- السعال
- نوبات الربو
- خطر الإصابة بالسرطان
- تثبيط جهاز المناعة
- التأثير على الأعصاب
- التأثير على حالات الحمل
- الإصابة بمرض السكري
- تقليل الخصوبة
- سرطان اللسان
- سرطان المريء
- فقدان التذوق
- قرحة المعدة
- الإصابة بسرطان الرئة

تعد الرئة هي أكبر المتضررين من أضرار التدخين على الجهاز التنفسي والذي تنعكس آثاره عليها بشكل مباشر وذلك في عدة صور تشمل:

- على المدى القصير تسبب أضرار التدخين تغيرات في وظائف الرئة فيلاحظ ببطء حركة الهواء من وإلى الرئة فيما يعرف بالصفير و ينتج عنه السعال وضيق التنفس و زيادة نسبة غاز أول اكسيد الكربون وانخفاض نسبة الأكسجين مما يسبب انقباض الأوعية الدموية المحيطة بالقلب وعدم وصول الدم إليها، الأمر الذي ينتج عنه ضعف في عضلة القلب و حدوث السكتات القلبية.

يؤدي التدخين إلى الإصابة بسرطان الكلى، المثانة، عنق الرحم، الفم، القولون، البلعوم، والمعدة، الحنجرة، إلى جانب سرطان الفم الناتج عن مرض اليبوركيما الذي يسبب بقعاً بيضاء على اللسان.

قد يبدأ التدخين في وقت المراهقة ، وقد يتم التدخين بسبب التجربة، أو لتقليد الأعمى للشباب، وقد يكون السبب في التدخين تقليد الآباء، أو تأثر الشاب بالبيئة التي يعيش فيها.

نصائح للإقلاع عن التدخين

- ممارسة الرياضة
- الهوايات
- ممارسة الأعمال المفيدة
- الابتعاد عن رفقاء السوء



ماذا يفعل التدخين بجسم الإنسان

تحتوي السجائر على مادة النيكوتين والتي تسبب اعتماد مستقبلات المخ ووظائف الجسم عليها وبالتالي الوصول إلى مرحلة الإدمان، وذلك بسبب قدرة النيكوتين على رفع مستويات النشاط وعدم قدرة الجهاز العصبي على القيام بوظائفه الحيوية بدونه مما يؤدي إلى خلل في نظامه الكيميائي وتدميره بشكل تام، وعند التوقف عن تناول النيكوتين يواجه المدخن أعراض انسحاب مزعجة.

أسباب التدخين

- عدم الاستقرار العائلي
- التقليد الأعمى
- كثرة الأموال
- البيئة الغير سوية
- البطالة

أرقام هواتف تهملك

طوارئ شرطة الشارقة 999

مركز خدمة الاتصال للحالات غير الطارئة 901

الإسعاف 998

الدفاع المدني 997

وحدة الإسعاف والإنقاذ 065584444

الشرطة المجتمعية 0527003333

إدارة التحريات والمباحث الجنائية
رقم مجاني 065943210
80044

مع تحيات شرطة الشارقة

www.shjpolice.gov.ae

 @shjpolice