

الآثار الاجتماعية والاقتصادية الناجمة عن ظاهرة التدخين
لدى الفتيات الجامعيات

الباحثة

فاتن علي الاسمري

طالبة دكتوراه جامعة الملك سعود

انتشرت ظاهرة التدخين بين أوساط الفتيات وعمت البلوى بشكل ملفت للنظر فتيات في عمر الزهور يمارسن هذه العادة السيئة رغم معرفة الكثيرات منهن بمضاره الدينية والصحية والاقتصادية والاجتماعية.

ويعرف التدخين بأنه استخدام ورق التبغ في اي صورة من صوره سواء مضغاً أو استنشاقاً ، فهو ابتلاع دخان ساخن، يحمل بعدة مركبات كيميائية، وأهمها النيكوتين، وغاز أول أكسيد الكربون، وبعض الأحماض العضوية، والمركبات النيتروجينية وله أدوات و وسائل عدة منها السيجارة، الغليون، الشيشة وهي جميعها تستخدم لإحراق التبغ، واستنشاق الدخان الناتج عنه. (الزهراني، 1998 : ص14).

ويعرف علي أنه: 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 هناك 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" (Peter Gay, :1988:p.650-651).

ويشير التدخين في الوقت الحاضر: يسبب الكثير من الأثار الضارة وللأسف ما زال يتسبب في إزهاق العديد من أرواح البالغين والشباب، وتسعي وزارة الصحة للسيطرة عليية، ومساعدة المدخنين علي الإقلاع عن التدخين للإنقاذ حياتهم وحمايتهم من الأمراض التي يسببها التدخين وتأمين حياة صحية ومريحة خالية من الأمراض لجميع أفراد المجتمع، فمصطلح التدخين لا يقتصر علي تدخين السجائر فقط، ولكن تشمل السجائر الإلكترونية والشيشة وغيرها (<https://www.moh.gov.2002>).

-التعريف الأجرائي لمفهوم التدخين:

هي عادة أو ظاهرة سلوكية غير صحية وهي مادة يدخنها الفرد بقصد المتعة والتسلية وتؤدي للإدمان بمعنى تعلق الشخص بمدة المادة (النيكوتين) لاسباب جسدية ونفسية.

- مفهوم الفتيات :

طفلة منذ الولادة وحتى سن الرشد (Merriam Webster2020).

طفلة أو شابة خاصة إذا كانت لا تزال في المدرسة (Cambridge Dictionary2021).

الفتاة هي أنثى بشرية بالغة (Mosby: 2009:P1453) ، ويشير المصطلح أيضاً إلي فتاة (طفلة او مراهقة)، وتستخدم صيغة الجمع النساء أحياناً للإناث بغض النظر عن العمر، كما هو الحال في عبارات مثل " حقوق المرأة(Venes D: 2017:2539).

الفتى تعرف في قاموس المعجم الوسيط : بأنه الشاب أول شبابه المراهقة والرجولة .

والمقصود بالفنيات في هذه الدراسة هن اللاتي بالعادة تتراوح أعمارهن من سن 18- الى سن 29 سنة (إبراهيم مصطفى وآخرون، 2010، ص85).

وتمثل مشكلة التدخين إحدى مشكلات المجتمع العربي المعاصر وهي كذلك مشكلة من مشكلات التغيير الاجتماعي والثقافي والمادي السريع ومشكلة الاجيال وصراعها القيمي الظاهر والباطن ويخطئ من يظن أن قيم وسلوك الشباب اليوم هي كقيم الاباء كما يخطئ من يعتقد ان التوعية باضراره كافية لابعاد الشباب عن التدخين فهناك فراغ روحي وقيمي واخلاقي عند بعض الشباب في هذه الايام فالمجتمع العربي السعودي كان مجتمعاً تقليدياً اما الان فهو مجتمع انتقالي مجتمع تختلط فيه القيم القديمة مع الحديثة، مجتمع متحول، حيث كل شئ فيه في تحول : الاسرة والمجتمع والقيم وهذا التحول هو ما يسبب لكثير من الشباب العديد من المشكلات فهم في بداية مرحلة الشباب يعتمدون على الاسرة ويتخوفون من الاعتماد على انفسهم لذلك فبعضهم يعاني من مشكلات نفسية وصراعات واحباطات في عملية التكيف مع متغيرات المجتمع الجديد لذلك قد يلجئون الى سلوكيات لا تتناسب مع قيم المجتمع وعاداته واخلاقه (العمرى : 1426: 26)

(1) مفهوم التدخين (التبغ):

النيكوتين هو العنصر الفعال في نبات يعرف بـ " نيكوتينا تابكوم" والذي يعد من الاعشاب الحولية، وينتمي الى الفصيلة الباذنجانية السامة، ونبتته ترتفع عن الارض بين نصف متر ومترين بحسب الانواع وتستعمل اوراقه فقط لصنع التبغ ويقال ان بداية انتشار التدخين في العالم القديم كانت على يد "فرانسيس دريك" الذي عاد من رحلة المثيرة في امريكا بعد اكتشاف امريكا على يد كولومبوس وتم نقله الى اسبانيا ثم فرنسا ومن هناك انتقل الى العالم العربي عن طريق تركيا ومنذ ذلك الحين اصبح النيكوتين يمثل العامل الاول لمشكلات الصحة العامة في العالم نظراً للمشروعية الاجتماعية والقانونية لاستعماله في كثير من دول العالم (الغامدي : 2003: 158).

يشير دخان التبغ غلي الدخان المنبعث من منتجات التبغ المحترقة في أفواه الدخنين وتسمى هذه الظاهرة في اوساط صناعة التبغ بدخان التبغ المنبعث في البيئة، وعند إنبعاث دخان التبغ في الهواء، ولا سيما في الأماكن المغلقة، يستنشقه جميع الموجودين، مما يعرض المدخنين وغير المدخنين علي حد سواء إلي آثاره الضارة، ولأن هذا الدخان يستنشقه غير المدخنين، فيطلق علي هذه العملية التدخين السلبي او اللاإرادي(منظمة الصحة العالمية ، 2006، ص5).

(2) أنواع التدخين :

التدخين مشهور جداً كنجم مشهور ، بطرق مختلفة. في مقابل متعة التدخين ، حياتك هي الثمن الذي تدفعه ". يوجد ما يقرب من 600 مكون في السجائر. عند حرقها ، فإنها تنتج أكثر من 4000 مادة كيميائية. من المعروف أن ما لا يقل عن 50 من هذه المواد الكيميائية تسبب السرطان ، والعديد منها سام، توجد العديد من هذه المواد الكيميائية أيضاً في المنتجات الاستهلاكية ، لكن هذه المنتجات بها ملصقات تحذيرية، بينما يتم تحذير الجمهور من مخاطر السموم في هذه المنتجات ، لا يوجد مثل هذا التحذير للسموم الموجودة في دخان التبغ.

Bashir فيما يلي بعض المواد الكيميائية الموجودة في دخان التبغ وغيرها، من الأماكن التي تم العثور عليها) (Ahmad Shah MD, 2014, p30):

الأسيتون الموجود في مزبل طلاء الأظافر، وحمض الخليك عنصر في صبغ الشعر، والأمونيا منظف منزلي شائع، والزرنيخ المستخدم في سم الفئران، والبنزين الموجود في الأسمنت المطاطي، ويستخدم البيوتان في سائل الولاعة، والمكون النشط للكادميوم في حمض البطارية

إطلاق أول أكسيد الكربون في أبخرة عوادم السيارات، وسائل تحنيط الفورمالديهاي، وتم العثور على الهكسامين في سائل ولاءة الشواء، والرصاص المستخدم في البطاريات، والنفثالين عنصر في كرات العنة، والميثانول مكون رئيسي في وقود الصواريخ، ويستخدم النيكوتين كمبيد حشري، ومادة القطران لرصف الطرق، والتولوين - يستخدم في صناعة الطلاء.

ويوجد ثلاثة مكونات رئيسية للسجائر:

يحتوي على ثلاثة مكونات رئيسية: النيكوتين، القطران، وأول أكسيد الكربون. إليك المزيد من المعلومات حول تلك المكونات:

هذا هو مكون الادمان، تبغ. يمتص في الدم ويؤثر على الدماغ في غضون 10 ثوانٍ. النيكوتين يزعج أيضا، والأبيض ويثبط الشهية، ويحتوي القطران نفسه على العديد من المواد السامة.

ويوجد أنواع مختلفة للتدخين:

- 1- السيجارة وهو تبغ مغلف بورق على شكل اسطوانه وهو اكثر شكل شائع.
- 2- الغليون هو قالب يوضع به التبغ ويحرق ويستنشق عبر انبوب.
- 3- الشيشة وعاء زجاجي اعلاه معدن يوضع به التبغ والفحم ويستنشق عبر خرطوم .
- 4- السيجارة الالكترونية لها نفس سمية السيجار التقليدي الا انه ينعدم فيها الدخان واشعال النار بالبطارية التي تقوم بتبخير النيكوتين (الفريجي، 2015، 29).
- 5- التبغ الذي لا يُدخَّن يشمل أوراق التبغ في سدادات أو لفات للمضغ ؛ 39 مسحوق تبغ (مع إضافات) يتم استنشاقه (شم جاف) من خلال الأنف.
- 6- والسعوط الرطب (التبغ المطحون للاستخدام الفموي) الموجود، إما في شكل فضايف أو في عبوات صغيرة شبه منفذة توضع في الفم بين الشفة أو الخد أو تحت اللسان.
- 7- Snus عبارة عن مجموعة متنوعة من الرطب
- 8- السعوط المنتجة في السويد. أشكال أخرى من التبغ الفموي، هي نبات التنبول (جوز الأريكا ، ومسحوق الجير المطفأ والتبغ) والناس (التبغ ، والخشب ، والرماد ، والزيت والجير) ، وفي الدول الغربية ، معينات من التبغ المضغوط منخفض النيتروسامين ليتم مضغه (Ariva).

وفقاً لمنظمة الصحة العالمية ، يستهلك حوالي (400) مليون شخص ، بشكل رئيسي في وسط وجنوب الهند ، التبغ الذي لا يُدخَّن ، مع تسجيل زيادة في الاستخدام في بعض هؤلاء، وتم استخدام أوراق التبغ في آسيا ، ولا سيما في الهند، و يستخدم السعوط الجاف حاليا في جنوب افريقيا.

وانتشار تعاطي التبغ عن طريق الفم ، بما في ذلك مقابل التنبول ، أكبر في الهند من انتشار التدخين، واستخدام جميع أشكال التبغ مرتفع للغاية، ومنتشر في المناطق الريفية: 33-80٪ بين الرجال و 15-67٪ بين النساء ، حسب

المنطقة، ويستخدم ناس في بعض بلدان آسيا الوسطى بواسطة حتى 20٪ من البالغين، ويتم تسويق Snuff حاليًا في الدول الغربية من قبل صناعة التبغ، ويستخدم Snuff بشكل متكرر في الولايات المتحدة الأمريكية (14.8٪ من طلاب المدارس الذكور في 2001، 44، 36٪ في الدوري المحترف الرئيسي لاعبي البيسبول) 45 وفي السويد (21٪ من snus يوميًا المستخدمين في الرجال) (Annie J Sasco, Et. All, 2008, 721-722).

ويوجد انواع أخرى للتدخين:

1- بيديس:

البيدي (تُلفظ "بي ديس") هي سجائر صغيرة رقيقة ملفوفة يدويًا المستوردة إلى الولايات المتحدة في المقام الأول من الهند وغيرها من دول جنوب شرق آسيا، و أنها تتكون من التبغ ملفوفة في أوراق تينو أو تمبوري (نباتات موطنها آسيا) ، ويمكن تأمينها مع خيط ملون في أحد الطرفين أو كلاهما، ويمكن لنكهة البيدي (مثل الشوكولاتة والكرز والمانجو) أو بدون نكهات.

يرتبط تدخين ثنائي الاتجاه بزيادة مخاطر الإصابة بالفم والرئة والمعدة والمريء، ويسبب السرطان وزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب التاجية والنوبات القلبية وخطر الإصابة بها، والتهاب الشعب الهوائية المزمن) (CDC Fact Sheets- Bidis and Kreteks 2009).

2- السجائر: السجارة عبارة عن مزيج من التبغ المعالج والمقطوع بدقة ، ملفوفة أو محشوة في اسطوانة مغلقة بالورق. تحتوي العديد من السجائر على مرشح من طرف واحد، وتم العثور على أكثر من 4000 مادة كيميائية مختلفة في التبغ ودخان التبغ. من بين هؤلاء أكثر من 60 مادة كيميائية، ومن المعروف أنها تسبب السرطان أثبتت الدراسات أن تدخين السجائر يسبب سرطان المثانة وتجويف الفم ، البلعوم والحنجرة (صندوق الصوت) والمريء وعنق الرحم والكلى والرئة والبنكرياس والمعدة ، ويسبب ابيضاض الدم النخاعي الحاد، كما أنه يسبب أمراض القلب والسكتة الدماغية) (Michael Rabinoff Et. All, 2007, P(2)).

3- السيجار والسيجار الصغير: تتكون معظم السيجار من نوع واحد من الهواء المعالج أو المجفف، والتبغ. تتراوح أعمار أوراق تبغ السيجار لأول مرة لمدة عام تقريبًا، ثم يتم تخميره في عملية متعددة الخطوات يمكن أن تستغرق من 3 إلى 5 شهور، و التخمير يسبب التفاعلات الكيميائية والبكتيرية التي تغيّر التبغ، وهذا ما يعطي السيجار طعمًا مختلفًا ورائحة السجائر

([http://www.cancer.org/docroot/PED/content/PEDJuly 15,2009](http://www.cancer.org/docroot/PED/content/PEDJuly_15,2009)).

4- السيجار العادي أكبر من السجائر ولا يحتوي على فلتر.

5- السيجار الصغير أو السجائر الصغيرة متشابهة جدًا في الحجم والشكل

6- السجائر ، ولها فلاتر ومليئة بتبغ الغليون. القليل من السيجار غالبًا ما تكون منكهة (مثل الشوكولاتة والكرز والتفاح والمانجو)، وهم انهم تباع في عبوات 20 مثل السجائر أو منفردة.

(<http://www.netwellness.org/question.cfm/40539.htm> obtained July 15, 2009)

7- تبغ قابل للذوبان: تتم معالجة هذا النوع من التبغ بدقة لينزوب على اللسان أو في الفم، و تشمل الأصناف الشرائط والعصي والأجرام السماوية وأقراص استحلاب التبغ المضغوطة، و إنها خالية من الدخان والبصاق، وتلتصق ببعضها البعض بواسطة مجلدات من الدرجة الغذائية وتشبه النعناع أو الحلوى.

8- السجائر الإلكترونية: عبارة عن جهاز يعمل بالبطارية ويحتوي على خرطوشة مليئة بالنيكوتين والنكهة والمواد الكيميائية الأخرى، والسجائر الإلكترونية ليست منتجًا للتبغ ولكنها نظام توصيل النيكوتين، وتقوم السجائر الإلكترونية بتحويل النيكوتين والمواد الكيميائية الأخرى إلى بخار يتم استنشاقه بعد ذلك بواسطة المستخدم (World Health Organization, 2009).

9- الشيشة: عبارة عن أنبوب يستخدم لتدخين الشيشة، وهي مزيج من التبغ والفواكه أو الخضار يتم تسخينها ويتم ترشيح الدخان عبر الماء، تتكون النرجيلة من رأس ووعاء ماء بالجسم وخرطوم. التبغ أو يتم تسخين الشيشة في الشيشة عادة باستخدام الفحم.

10- كريتكس: يُشار أحيانًا إلى كريتكس (تُلفظ "كري تكس") باسم القرنفل السجائر، و يتم استيراد كريتكس من إندونيسيا ، وعادة ما تحتوي على خليط يتكون من التبغ والقرنفل والمواد المضافة الأخرى. كما هو الحال مع البيدي.

11- البايب: غالبًا ما تكون الأنابيب قابلة لإعادة الاستخدام وتتكون من غرفة أو وعاء وساق ولسان حال، يوضع التبغ في الوعاء ويُشعل، ويتم سحب الدخان من خلال الجذع وقطعة الفم واستنشاقه.

12- تبغ بدون دخان:

النوعان الرئيسيان للتبغ غير المدخن في الولايات المتحدة هما التبغ والسعوط، و يأتي مضغ التبغ على شكل أوراق سائبة أو سداة أو لف، والسعوط هو تبغ مطحون ناعمًا يمكن أن يكون جافًا أو رطبًا أو في أكياس (أكياس تشبه أكياس الشاي).

على الرغم من أنه يمكن استخدام بعض أشكال السعوط عن طريق الاستنشاق أو الاستنشاق في الأنف ، فإن معظم مستخدمي التبغ الذي لا يدخن يضعون المنتج في فمهم أو بين اللثة والحد. ثم يمتص المستخدمون التبغ ويصقون عصائره ، ولهذا السبب غالبًا ما يُشار إلى التبغ غير المدخن على أنه تبغ يبصق أو يبصق. يتم امتصاص النيكوتين الموجود في هذا التبغ بشكل أساسي من خلال الجلد في الفم

([https://portal.ct.gov/-/media/Departments-2010,p\(5](https://portal.ct.gov/-/media/Departments-2010,p(5)).

(3) أسباب انتشار التدخين :

ليست هناك أسباب محددة تدل على انتشار التدخين لان الأسباب تختلف باختلاف الأشخاص والمجتمعات والعامل الزمني ولكن هناك تأثير بعوامل مختلفة من النواحي الثقافية والاجتماعية والنفسية والاقتصادية فيما يلي ذكر لبعضها (الشمري: 1433: 15) :

1-أسباب ثقافية :

-الوعي الثقافي لدى الاسره من التدخين ، ووجود أحد الأسرة مدخنين يمثلون مثالاً يحتذى أمام الناشئين .

-تدني الالتزام الديني في الأسرة والمجتمع يكون عاملاً أساسياً لدفع الناس التدخين .

-النظر إلى التدخين كأمر شخصي .

-عصر الانفتاح الذي تعيشه النساء فأصبح التدخين موضة وتقليعة ورمز للتحرر.

2- أسباب اجتماعية :

وهي متعلقة بالبيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد ، والتي تساعد على ممارسة التدخين ومن الاسباب الاجتماعية مايلي :

- تقليد الآخرين ومحاكاتهم :

وتعد الرغبة في تقليد الكبار ، سبباً من أسباب الإقبال على التدخين ، لا سيما عند الصغير حيث يلجأ في البداية إلى استخدام سجائر مصنوعة من الحلوى مقلداً والده كذلك تقليد أبطال الأفلام والمسلسلات .

- التأثير بالأصحاب:

فالإنسان بطبعه ”يحتاج إلى خلان وأصحاب يأنس إليهم ويأنسون إليه ويحبهم ويحبونه ويفضي إليهم بأسراره ومشاكله ومن طبيعة الأصدقاء، أن تكثر بينهم المعاشرة والمخالطة ويؤثر أحدهما في الآخر وتنتقل إليه أخلاقه وسلوكه ومن الملاحظ أن ”المدخنين لاسيما المبتدئون منهم يسعون بوعي أو غير وعي ، إلى إغراء أقرانهم لمشاركتهم في التدخين ، من باب التطابق النفسي .

- المشكلات المنزلية والاسرية والاضطرابات بين الوالدين وغياب الرقابة الاسرية.

3-اسباب نفسية :

العوامل المرتبطة بالحالة النفسية مثل الاعتقاد بان التدخين وسيلة لتخفيف الضغوط والمساعدة على الاسترخاء وتهديئة الاعصاب وازالة الشعور بالملل وهو نوع من التنفيس ويخفف الاحساس بالتوتر ويؤدي للشعور بالراحة ، من جانب نفسي آخر ينظر للتدخين أنه نوع من التمرد والتحدي للعادات الاجتماعية واعلان الرفض بطريقة عملية خاصة لدى فئة الشباب الذين يحاولون اظهار انفسهم بانهم مختلفون عن الاجيال السابقة وان سلوكهم قطعي مع الماضي (العمرى، 2009 ، 42)

4-اسباب بيئية:

-الانفتاح الفضائي والدعاية المكثفة التي تستعمل في وسائل الإعلام :

تجد انها تغري السيدات بأن يدخن حتى يحصلن على الرشاقة يردها ، وأن تستمع السيدات بالشوكولاتة والسجائر كوسيلة للإسترخاء وفي ثلاثينيات القرن العشرين حثت اعلانات السجائر السيدات على أن يدخن كوسيلة للتأكيد على حقوق المرأة ، حيث قدمت السجائر حينها على انها مشاعل تنير الطريق الى الحرية (هايد ، 1428هـ : 74). - وجود اماكن ترفيهية تجذب الشباب والفتيات وتوفر لهم الشيشة والتدخين بالاماكن العامة وبأسعار منخفضة (العمرى ، 2009 ، 45) .

ويوجد أسباب أخرى للتدخين ومنها(VahidMazidi (Sharafabadi,2017,P(51-53):

1- التعود على التدخين، حيث يعتبر التعود على التدخين من أهم الأسباب التي تم الذكور والإناث على حد سواء، ويعتقد البعض ان التدخين جزء من حياته ولا يمكن الإستغناء عنه.

2- إعتبار التدخين سلوكا ص طبيعياً ومحبوباً.

3- سهولة الوصول إلى السجائر في كل وقت وفي كل مكان، فهي متاحة باستمرار وسعرها في متناول الجميع، حيث أن أغلب الفتيات يحصلون على السجائر من المتاجر بمنتهى السهولة دون أي عقبات.

- 4- الترويح عن النفس والترفيه، ونقص الأماكن الترفيهية، والبعض يستخدم السجائر للترفيه والتسلية ، ويعتبر التدخين سلوكاً ممتعاً وأيضاً وسيلة للترفيه، فعندما يجلسون في حديقة أو في المنزل أو يأخذون استراحة قصيرة من العمل، فإن إشعال السيجارة كافٍ لهم، ويجعلهم يستمرون في التدخين.
- 5- الإسترخاء: فالسجائر هي أداة تجعل الإنسان مسترخياً، فالمدخنون يدخنون في الحزن أو في السعادة أو في الأماكن العامة أو في العزلة للإسترخاء، والبعض يدخن من اجل تهدئة الغضب والإسترخاء.
- 6- تجاهل المعلومات والضرر المعروف عن التدخين، فيعتقد البعض أن التدخين ضار بالصحة العامة ويسبب خسارة وألم للإنسان، ويعتبر سلوك غير لائق وفعل سلبي، ومع ذلك يتجاهلون هذه الحقيقة من اجل المتعة.
- 7- التأثير بالأصدقاء والعائلة، وأن أغلب من يدخنون يكون بتشجيع من أصدقائهم أو تقليد للأبائهم، وأغلب النساء جربن التدخين كمغامرة من أصدقاء من نفس العمر.
- 8- إيذاء النفس، فالبعض يشعر بالضيق الشديد من نفسه والمجتمع والأسره فيقرر الإنتقام فيلجأ علي التدخين للإيذاء نفسه في شكل تدخين متعمد، وأن بعض الفتيات والنساء يعتبرن التدخين بمثابة ضرر للذات.
- 9- الإحساس بالكرامة والفخر، فيعتقد البعض أن التدخين تسبب كرامة وكبرياء وفخر للمدخن.
- يمكن لأي شخص يبدأ بالتدخين أن يصبح مدمناً على النيكوتين، كما لوحظ أنه من المرجح أن يصبح عادةً خلال سنوات المراهقة؛ فكلما كان الشخص أصغر سنًا عند البدء بالتدخين زاد احتمال الإدمان على النيكوتين لديه(1)P(1,2020, The American Cancer Society medical and editorial).

وتوجد أسباب كثيرة تدفع الأفراد إلى التدخين، منها ما يأتي(2019,smokefree):

- 1- الإدمان: يعد الإدمان السبب الرئيس الذي يدفع البعض إلى الاستمرار بالتدخين.
- 2- نمط الحياة: يمكن أن يصبح التدخين متصلاً بالأنشطة الأخرى في الحياة اليومية، مثل: مشاهدة التلفاز، أو التحدث على الهاتف، أو الخروج مع الأصدقاء، وغيرها من النشاطات؛ فيصبح جزءاً من نمط أو روتين الحياة اليومي.
- 3- العواطف والمشاعر: كثير من الأشخاص يدخنون لأنه يعدّ طريقةً بالنسبة لهم للتعامل مع أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، والمزاج السلبي، وضغوط الحياة اليومية.
- 4- حملات الإعلان: إن إعلانات صناعة التبغ وانخفاض أسعار السجائر وغيرها من العروض الترويجية لمنتجات الدخان لها تأثير كبير في المجتمع؛ إذ تنفق صناعة التبغ مبالغ كبيرة كل عام لتسويق إعلانات تظهر التدخين أنه مثير ورائع وآمن، كما يظهر استخدام التبغ أيضاً في ألعاب الفيديو، وعلى الإنترنت، وعلى التلفاز، والأفلام، ولوحظ أن الشباب الذين يرون التدخين في الأفلام هم الأكثر عرضةً للبدء به.

وتجدر الإشارة إلى أن التأثير الأحدث لاستخدام التبغ هو السيجارة الإلكترونية ذات التقنية العالية، فتعد هذه الأجهزة طريقةً للمستخدمين لتعلم كيفية استنشاق النيكوتين وإدمانه، والذي يمكن أن يعدّهم لتدخين السجائر) The (American Cancer Society medical and editorial,2020,P(2).

أسباب أخرى: من هذه الأسباب ما يأتي (Lee Weber 16-6-2011):

- 1- ضغط الأصدقاء، يُعد سبباً قوياً لبدء تدخين طلاب المدارس، وتجدر الإشارة إلى أنَّ الشباب الذين يمارسون الرياضة هم أقل عرضة للتدخين.
- 2- التقليد، كتقليد الأصدقاء أو الوالدين.
- 3- فقدان الوزن، يبدأ بعض الأشخاص بالتدخين لأنهم قلقون من زيادة الوزن وشكلهم. وفرة الدخان وسهولة الحصول عليه.
- 4- الإدمان على المخدرات والكحول، إنَّ المراهقين الذين يتعاطون المخدرات أو الكحول هم أكثر عرضة لتدخين السجائر؛ وذلك بسبب انخفاض الإحساس بالضرر.
- 5- تخفيف الإجهاد والتوتر، يبدأ البعض باستخدام التبغ لأنهم يعتقدون أنَّه يساعدهم على التعامل مع المشكلات الشخصية بطريقة أفضل، أو التخلص من الملل.

(4) أضرار التدخين ومفاسده (القرني، 2003، 33) :

1- أضرار التدخين النفسية والعقلية:

إن التسمم بالتبغ يؤثر على التفكير والتذكر، ويقلل النشاط، فلدخان التبغ أثر بالغ على الجهاز العصبي، إذ يؤدي إلى خلل واضح فيه، ينتج عنه إصابة المدخن بالصداع والدوار، وضعف الذاكرة، ويؤدي أحياناً إلى عدم المقدرة على التوازن فيغلب عليه المزاج العصبي، والقلق والشروع. وحب التسلسل، وهبوط مستوي الذكاء، وقد اجري بعض العلماء الأمريكيين تجارب عديدة، للاختبار طلاب المدارس والجامعات من المدخنين وغيرهم، فتبين لهم بشكل واضح أن المدخنين أقل ذكاء من سواهم، وثبت أن ذكراهم أضعف من غيرهم، وكذلك بالنسبة للحفظ وقوة الملاحظة، كما ظهر أن نشاطهم في مستوي أدني من مستوي رفاقهم غير المدخنين، وثبت أن التدخين يعوق الدماغ عن القيام بواجباته علي النحو المطلوب، كما يصاب بعض متعاطي التدخين بأوهام وساوس وخواطر مقلقة قدت تؤدي بصاحبها إلى الجنون في بعض الأحيان، ولعل ذلك يعود غلي الدخان ينشف دماغ متعاطيه (عبد الله بن صالح القصير، 2011، ص11).

2- أضرار التدخين من الناحية الاجتماعية:

يضر التدخين بالمدخن من نواح مختلفة، فهو كذلك يضر بالأشخاص المحيطين بالمدخن، نتيجة إستنشاقهم للهواء المختلط بدخان التبغ، فيصابون بالأمراض الناتجة من المواد السامة في الدخان، فالمدخن إذاً يتسبب في ضرر الآخرين وعرقلة صحتهم عن قصد او بدون قصد، كما أنه يظهر لقم المدخن رائحة كريهة، لأن مادة الدخان تحوي مواد ذات أبخرة نفاذة، تترسب علي سطوح الأسنان، لتشكل مصدراً دائماً لبخر الفم عند التدخين، وهذه الرائحة الكريهة تجعل الناس ينفرون من الشخص المدخن، مما يترك في نفسه حسرة تحطم شخصيته وتتركه حائر لا يدري ماذا يفعل، وأيضاً فإن الشخص المدخن أمام أبنائه او طلابه يكون قدوة سيئة، حيث يقلدونه في تلك العادة الخبيثة، ويكون هو السبب في ما يحقهم من أضرار متنوعة، كما أن التدخين بحضرة الرجال - وخصوصاً أهل الفضل والضيوف، مع العلم بضرره ويعتبرونه مظهراً مخالفاً للمروءة والأدب (المرجع السابق، ص12).

حيث انه يؤثر في سلامة الدين ويتعارض مع مفاهيمه حيث ان ممارسة التدخين في العلن فيها ايداء للقرني والجار والصاحب بالجنب فهي عامل مشتت للجماعة اضافة لتعويد النشء على الكذب ونشره في المجتمع فقلما تجد صغيرا

يصدق مع والديه اذا سئل عن التدخين كونه مما يستتبع اجتماعيا ، كما ان الاجتماع على التدخين مضيعة لوقت الفرد والجماعة وخسارة بالتالي يدب الخمول في الافراد وفي عوائلهم لمؤسسات مجتمعاتهم مما ينعكس عليها وتوصم عطاءاتها بالقصور والسلبية لعدم استثمار الوقت فيما يجدي ويفيد (القرني، 2003، ص33).

3- أضرار التدخين الخلقية:

نتيجة لما يحدثه الإدمان على التدخين من أمراض نفسية وجسدية، وخسارة مالية وغيرها دون فائدة، فإن متعاطيه يشعر بالقلق والإضطراب النفسي، وتراكم الهموم، ولذلك تجد غالب المدخنين عابس الوجه، مقطب الجبين، ضيق الصدر والأفق، خصوصا عندما يفقد هذه المادة ولو يسيراً، لذلك تجده يثور لأتفه الأسباب، فقد يطلق زوجته، وقد يضرب ولده دون سبب يذكر، ويسئ معاملة جيرانه، وأهله وإخوانه، ويخرج موظفيه ومراجعيه.

وتجد غالب هؤلاء سيئ الخلق، متقلب المزاج، كما أن هذه العادة الخبيثة تضطر صاحبها إلى مصاحبة السفهاء والأشرار، والبعد عن الأخيار، ومجالس الذكر والعلم، لأنها بغية لدي أهل العقول الصحيحة، والفطر السليم، والأمزجة المستقيمة، فلا يألون صاحبها ولا يرغبون في مجالسته، كما تجد غالب متعاطي الدخان ثقيلين في أداء الصلوات، مقصرين في كثير من الواجبات والعبادات بادية علي وجوههم وتصرفاتهم آثار الفسق وسائر المعاصي وكفي بذلك مصيبة(عبد الله بن صالح القصير 2011، ص12).

4- الأضرار الثقافية:

حيث ان التدخين كغيره من العادات السيئة يشير الى نوع الثقافة التي تشرها الناس وربوا عليها وهو بانتشاره يعمق الثقافة الضحلة الهشة المتزنة وبانكساره تنامي الثقافة العامرة الموزونة لذا فإن ظاهرة التدخين تتنافى مع النمو الثقافي للمجتمع .

5- الأضرار الاقتصادية:

حيث ان حفظ المال من مقاصد الشريعة الاسلامية السمحة وقد اظهرت الاحصائيات ان المستورد من التبغ بلغت تكلفته 843658000 ريال اذن هناك مال كثير يهدر في سبيل التدخين يضر بالفرد ويضر بالاسرة وبالامة كلها من جوانب عديدة لاحصر لها كما ان الدولة تتكبد الخسائر الفادحة لضياح المال في غير وجهه والبيئة تتلوث والناس تمهلك ونحن مأمورون بعدم تبذير المال وبالحفاظ على النفس والبيئة(القرني، 2003، ص33).

6- أضرار التدخين على الانسان(مي حمودي الشمري، 2019، ص2) :

أ- إحداث تصلب في الشرايين والأوعية الدموية مما يؤدي إلى الإصابة بالعديد من الأمراض القلبية، وتعرض الجسم إلى حدوث الجلطات في القلب

ب- إضعاف الذاكرة، وتقليل نشاط الدماغ وقدرته على التفكير، وبالتالي يصبح الشخص المدخن غير قادر على تذكر المعلومات بالشكل المطلوب

ج- يتعرض الى الإصابة بأمراض الرئة، والقصبات الهوائية والربو

د- الإصابة بأمراض الجهاز الهضمي، ومنها: القرحة، والإمساك، والإسهال

هـ- ضعف في حواس الشم والتذوق

و- تعريض الوجه لظهور التجاعيد

ز- تغيير لون الأسنان الى اللون الاصفر او الاسود

ح- انتشار الرائحة السيئة في الفم

ط- تعرض كبار السن إلى فقد حاسة البصر والإصابة بمرض الضمور البصري، أو إعتام عدسة العين
ي- سرعة الغضب

ك- فقدان القدرة على التركيز

ل- ارتفاع نسب الإجهاض والولادة المبكرة عند النساء الحوامل.

7- أضرار التدخين على المجتمع (المرجع السابق):

ينتج عن نشاط التدخين جملة لا متناهية من الآثار السلبية الخطيرة التي تهدد سلامة كافة المجالات والأصعد
الحياتية، سواء على الصحة النفسية أو الجسدية للإنسان، أو على صعيد البيئة والحضارة واستقرار المجتمع المرتبط
باستقرار الحياة الاجتماعية والاقتصادية، حيث تشير أحدث الإحصاءات العالمية إلى أن هذه الآفة تقضي على ما
يقارب من خمسة إلى ستة ملايين شخص سنوياً حول العالم في أمراض مختلفة، وتعتبر عاملاً رئيساً لمرض السرطان
بأنواعه المختلفة، وتمثل هذه المخاطر فيما يلي: المشاكل الاقتصادية الكبيرة التي تنتج عن إنفاق الأفراد لجزء كبير من
دخلهم الشهري على شراء السجائر، وبالتالي تستنزف قدراتهم المادية على حساب الالتزامات الحياتية الأخرى، مما
يعرضه لمشاكل أسرية وأزمات ومشاكل اجتماعية كبيرة. يؤدي التدخين إلى إصابة الإنسان الذي يشكل أساس المجتمع
بأزمات وأمراض خطيرة، حيث تؤدي في نهاية المطاف بحياته، كأمراض الجهاز التنفسي، والرئتين، والقلب، وتعتبر أساساً
للإصابة بالجلطات بأنواعها العديدة؛ الدماغية، والسكتة القلبية، وتصلب الشرايين. يهدد التدخين صحة النساء
الحوامل، وكذلك صحة الأجنة بشكل مباشر، حيث يزيد من احتمالية التعرض للإجهاض والنزيف وسقوط المشيمة،
ويسرع من عمليات الولادة المبكرة، ويعتبر مسبباً لتسمم الحمل، كما يؤدي إلى نقص في نمو ووزن الجنين ويعرضه
لتشوهات وأمراض عديدة، كما ويلحق ضرراً كبيراً بخصوبة المرأة، وقدرتها على الإنجاب وخاصة في مراحل متقدمة من
عمرها، بالإضافة إلى أنه يسبب اضطرابات عديدة في الدورة الشهرية أو الطمث. يؤدي التدخين إلى الإصابة بأمراض
الفم واللثة، حيث يؤدي إلى التهاب اللثة وتسوس الأسنان واصفرارها، كما ويزيد من احتمالية الإصابة بالفطريات
والتقرحات الفموية. يؤثر التدخين على الجهاز العصبي والصحة النفسية للإنسان، وذلك من خلال تأثيره على الطاقة،
وزيادة الشعور بالكسل والتعب عند القيام بأي نشاط بدني. إن المشاكل الصحية التي ذكرناها في النقاط السابقة
تستنزف طاقات المجتمع، وخاصة القطاع العام في الإنفاق على القطاع الصحي، وتمثل هذه الطاقات بالوقت والجهد
والمال لعلاجها، مما يؤثر سلباً على قدرات أفرادها في العيش بشكل طبيعي.

8- أضرار التدخين على الجهاز التنفسي (القسم العلمي لدار الوطن، 2019، ص(15-18):

أ- الإصابة بسرطان الرئة.

ب- الإصابة بمرض التهاب الرئة المزمن.

ج- الإصابة بمرض السل الرئوي والربو المزمن.

د- الإصابة بسرطان الحنجرة.

هـ- الإصابة بضيق التنفس.

و- الإلتهاب الشعبي المزمن.

9- أضرار التدخين على الجهاز العصبي:

أ- الأرق الطويل، فكم من مدخن يظل متوتراً مستيقظاً ممسكاً بسيجارته في الصباح.

ب- ضعف العصاب، وربما يصاب المدخن بشلل العصاب إذا كان من المفرطين في التدخين.

- ج- العصبية الزائدة وفقد السيطرة علي النفس .
- د- ضعف الذاكرة ووهن النشاط الذهني .
- هـ- ضعف حاسة الشم والتذوق .
- و- زيادة أفراد الدمع مع العينين مما يؤدي إلي غلتهاب الجفون .
- ز- ضعف البصر نتيجة الدخان الصاعد .
- 10- ضرر التدخين علي القلب والجهاز الدوري:
- أ- زيادة عدد ضربات القلب بمقدار (15) ضربة عند التدخين .
- ب- تصلب لشرايين بما فيها شرايين القلب .
- ج- جلطات القلب وموت الفجأة .
- د- جلطات الوعية الدموية للمخ وما ينتج عنها من شلل .
- هـ- اضطراب الدورة الدموية في الأطراف وجلطاتها .
- و- الإصابة بالذبحة الصدرية .
- ز- إرتفاع ضغط الدم وإلتهاب الشريان التاجي المغذي للقلب .
- 11- أضرر التدخين علي الجهاز الهضمي:
- أ- الإصابة بفقدان الشهية .
- ب- الإصابة بالإضطرابات الهضمية وكذلك افضابة بالإسهال وافمساك الشديدين .
- ج- عضاء بالأمراض التاليةالإصابة بالوهن والضعف العام والإصابة بسرطان الشفة واللسان .
- د- سرطان الفم والبلعوم والمرئ وقرحة المعدةوالإثني عشر .
- هـ- سرطان البنكرياس وزيادة إفراز الغدة اللعابية والإصابة بمرض الضمور الكبدي .
- 12- ضرر التدخين علي الجهاز البولي:
- يتكون الجهاز البولي من الكلية والحالبين والمثانة، وقناة مجري البول، ويصيب التدخين هذه الأعضاء بالأمراض التالية ومنها:
- أ- سرطان المثانة، وقد تبين علمياً أن سرطان المثانة يصيب المدخنين أكثر من غير المدخنين ب(15) مرة .
- ب- قرحة المثانة وسرطان الكلي
- ج- التسمم البولي .
- 13- أضرار التدخين التدخين علي الصحة:
- و هي الظروف والآليات والعوامل الناتجة عن استهلاك التبغ علي صحة الإنسان. تركزت البحوث الوبائية خاصة علي تدخين التبغ والذي درس علي نطاق واسع أكثر من أي شكل آخر من أشكال الاستهلاك (W.H.O,2021)، و في القرن العشرين مات 100 مليون شخص جراء ممارسة التدخين، وبذلك يعد التدخين أكبر وباء مسبب للموت عالمياً (WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, 2008,p8) ، حيث انه سبب لامراض سرطان المريء والبلعوم والرئة واللثة والقلب اضافة لضيق الشرايين وضغط الدم(القرني 2003).

استهلاك التبغ يؤدي عادةً إلى أمراض القلب، وأمراض اللثة، وأمراض الرئتين وهو عامل خطر كبير للنوبات القلبية، والجلطات، وداء الإنسداد 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(Vainio H,1987,P(193)).

السحائر المباعة في الدول النامية تميل إلى امتلاك كمية عالية من القطران وتكون أقل ترشيحاً؛ مما يزيد الحساسية للأمراض المتعلقة بالتبغ في هذه المناطق(Cartwright1991,P(56)).

تقدر منظمة الصحة العالمية أن حوالي (5.4 مليون وفاة في عام (2004) منظمة الصحة العالمية (2008) ، و(100 مليون وفاة في القرن (20)، 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) منظمة الصحة العالمية،(2004)

ما يقرب من نصف الأشخاص الذين يستخدمون التبغ يموتون من مضاعفات تعاطي التبغ، تقدر منظمة الصحة العالمية (WHO) أن التبغ يسبب كل عام حوالي 6 ملايين حالة وفاة (حوالي 10 ٪ من جميع الوفيات) مع 600,000 من هذه تحدث في غير المدخنين؛ بسبب التدخين السلبي، في القرن العشرين، تشير التقديرات إلى أن التبغ تسبب في وفاة 100 مليون شخص (منظمة الصحة العالمية، مرجع سبق ذكره)، 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 (Nicotine,2009)، ووفقاً لمراجعة عام 2014 في نيو إنجلاند مجلة الطب، التبغ، إذا استمرت أنماط التدخين الحالية، تقتل حوالي مليار شخص في القرن الواحد والعشرين، نصفهم قبل سن السبعين(Jha, Prabhat; Peto, Richard (2014).

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(Vainio H Jun 1987,P(6)).

يعد تعاطي التبغ عاملاً مهمًا في حالات الإجهاض بين المدخنات الحوامل، ويساهم في عدد من المشاكل الصحية الأخرى للجنين مثل الولادة المبكرة، وانخفاض وزن المولود، ويزداد بنسبة 1.4 إلى 3 أضعاف فرصة متلازمة

الموت المفاجئ للرضع (SIDS). نسبة حدوث مشاكل في الانتصاب هي أعلى بنسبة 85% لدى المدخنين الذكور مقارنة مع غير المدخنين (Peate I (2005),362).

وقد اتخذت عدة بلدان تدابير للسيطرة على استهلاك التبغ مع قيود الاستخدام والمبيعات وكذلك رسائل التحذير المطبوعة على التعبئة والتغليف. بالإضافة إلى ذلك، تقلل قوانين منع التدخين التي تحظر التدخين في الأماكن العامة مثل أماكن العمل والمسارح والحانات والمطاعم من التعرض للتدخين غير المباشر وتساعد بعض الأشخاص الذين يدخنون على الإقلاع عن التدخين، دون التأثيرات الاقتصادية السلبية على المطاعم أو الحانا، تعتبر ضرائب التبغ التي تزيد من السعر فعالة أيضا، خاصة في البلدان النامية، (Korenman, Stanley G. (2004),P2-3)

دخان التبغ يحتوي على العديد من المنتجات بالتحلل الحراري المسببة للسرطان التي تربط بالحمض النووي ويسبب العديد من الطفرات الوراثية. هناك أكثر من 45 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 الإجهاد بين الحوامل المدخنات، وأنه يساهم في عدد من غيرها من التهديدات على صحة الجنين مثل الولادة المبكرة وانخفاض الوزن عند الولادة وزيادة بنسبة 1.4 إلى 3 مرات فرصة حدوث متلازمة موت الرضيع الفجائي، 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 يقرب من 85% في الذكور المدخنين مقارنة بغير المدخنين، ويعتبر عاملاً أساسياً مما تسبب ضعف الانتصاب (PeateI, Op.cit).

14- اضرار التدخين لغير المدخنين :

أيدت البحوث العلمية والمعطيات الاحصائية ان مخاطر التدخين ليست محصورة على المدخنين بل تتعداهم الى المحيطين بهم الغير مدخنين الذين يتعرضون للهواء الملوث من السجائر والشيشة والغليون وقد قسم العلماء هذا الدخان الى قسمين (شاهين،1990، 61) كالتالي :

1-التيار الرئيسي للدخان المنبعث من المدخن على دفعات في الهواء وهذا محمل نسبياً بقليل من المواد الملوثة للهواء لأن المواد الضارة تكون قد استقرت في جسد المدخن.

2-التيار الثانوي للدخان وهو المتصاعد من التبغ المحترق الى الهواء مباشرة في الاوضاع التي لايمتنع فيها المدخن وهو يحتوي على ضعفي القطران والنيكوتين وخمسة اضعاف اول اكسيد الكربون واربعة وستين ضعف النشادر مقارنة بمثيلة في التيار الرئيسي.

وجود فجوات كبيرة في فهم المدخنين للمخاطر الصحية للتدخين عبر الإتحاد الأوروبي، وأن التدخين يسبب أمراضاً مثل امراض القلب والرئة وسرطان الحلق، ومع ذلك فإن أكثر من 20% من المدخنين لا يعرفون أن تعاطي التبغ يسبب سرطان الفم وأمراض الرئة والسكتة الدماغية، وان التدخين السلبي يسبب سرطان الرئة والعجز الجنسي والعمى أو الحق أو سرطان الفم ، يسبب في انتفاخ الرئة والتهاب الشعب الهوائية ، كما يؤثر ويسبب آثار صحية أيضاًعلي المدخنين (Antigona C. Trofor, et.AL,2018).

15- أضرار التدخين على المرأة:

يحتوي التدخين على مواد سامة تؤثر بضررها على جسم الانسان ذكراً أو أنثى وكل ما يتعرض له الرجل من أخطار نتيجة التدخين تتعرض له المرأة أيضاً غير ان نصيب المرأة يتعدى نصيب الرجل فتصاب نتيجة ذلك ببعض الخصوصيات المرتبطة بما نذكر منها الدورة الشهرية حيث ان التدخين يلعب دور في اضطرابها وتصبح غير منتظمة وقد ينقطع الطمث لفترة واشهر عديدة وطويلة وقد يحدث نزيف دموي وهذا كله قد يعجل بسن اليأس قبل موعده، إضافة الى ان الابحاث أكدت ان التدخين ضرره مضاعف على النساء اللاتي يستخدمن منوع الحمل بما يؤدي الى اصابتهن بالنوبة والسكتات الدماغية، ويتعدى اضرار التدخين المرأة الحامل الى الجنين ذلك بانه يحصل على اكسجين ملوث اضافة الى تسارع ضربات قلب الجنين ونقص وزنه واعتلال صحته، كما أكد العلماء يزيد من فرص الاجهاض، وعلى صعيد آخر يؤثر التدخين على جمال المرأة من حيث ان يساهم في فقدان البشرة لنضارتها وظهور التجاعيد مبكراً واسوداد الشفاه واللثة اضافة الى السمنة وترهل الجسم (سليمان، 2008، 115).

16- التدخين يחדش جمال وانوثة المرأة (وزارة الصحة السعودية، 2014، ص(9,13):

- أ- تأثير التدخين على الجلد: فإنه يؤثر علي رطوبة جلد النساء، ووجد أن المدخنات لأكثر من عشر سجائر يوماً تسوء لديهم رطوبة الجلد مقارنة بغير المدخنات.
- ب- تأثير التدخين علي الفم والأسنان: تصبغ الأسنان والحشوات السنية، حيث يسبب التدخين تغير لون الأسنان أكثر مما يسببه تناول الشاي والقهوة مما يؤثر علي المظهر الجمالي للأسنان.
- ج- رائحة النفس الكريهة: فالتدخين سبب شائع لرائحة النفس الكريهة ويؤثر سلباً علي حاستي التذوق والشم.
- د- حنك المدخن: حيث يصبح حنك المدخن شاحب اللون مع إنتشار عدد من البقع الصغيرة المتبارزة ذات الرأس الأحمر والتي هي في الحقيقة فوهات لقنوات الغدد اللعابية المريضة بسبب التدخين.
- هـ- الإصطباغ الميلانيني عند المدخنين: ويتظاهر بشكل بقع بنية داخل الفم.
- و- تأثير التدخين علي العينين: يؤدي غاز أو أكسيد الكربون المرتفع في الدم عند المدخنين إلي إعاقه التروية الدموية لمنطقة حول العينين الحساسة فيؤثر علي تجددتها مما يسبب جمالياً للمرأة الباحثة عن الكمال الجمالي، إن تأثير التدخين لا يقتصر علي ما حول العينين بل يمتد إلي ما هو أعمق فسرعان ما يبهت بريق العينين بسبب ضعف إفراز الدم والتخريش المحدث بالدخان المتصاعد كما تتأثر رموش العينين بالحرارة وتصاب العين بالتهابات متكررة في الملتحمة وجفاف الأجفان.
- ز- تأثير التدخين علي صوت المرأة: لعل صوت المرأة أحدث مفاتيح أنوثتها وجمالها، فالصوت الهادئ المتزن والنبرة الرقيقة مصدر جاذبية يعكس شخصيتها، فالتدخين يسبب التهاب الحنجرة مزمن بسبب التخريش المباشر لدخان السجائر للحنجرة والحبال الصوتية وإعاقه حركة الأهداب المنظفة لجري الهواء مما يسبب تراكم المواد الضارة والعوامل المرضية فيه مسببة للأمراض الصدرية التي تتظاهر بالشعال والنقشع والألم الصدري.
- ح- يشوه التدخين صدرك بالسرطان الخبيث: صدر المرأة من اهم مكنونات الجمال لديها ولكن للسف يهدد التدخين هذا المصدر الجمالي، إن التبغ بكافة أنواعه ووسائله من اهم العوامل المحرصة للإصابة بسرطان الثدي حيث أن نسبة الإصابة بسرطان الثدي بين السيدات المدخنات تزيد حوالي (30) بالمائة عن نسبة الإصابة بين السيدات اللواتي

لم يدخن مطلقاً ويزداد هذا الخطر عند المدخنة لفترة طويلة (20 سنة وما فوق) ، صحة وجمال الثديين من أسرار النوثة والحادبية لدي المرأة فلا تفسديهما بالتدخين.

ط- يسبب التدخين الرشاقة وهي أحد حيل شركات التبغ : لعل من أكثر الحيل التي تصطاد بها شركات التبغ الفتيات هل ان التدخين يسبب الرشاقة ومعللة أن من يقلع عن التدخين نزداد شهيته ويزداد وزنه ونستطيع إبطال هذه المعلومة الخادعة بالعديد من المعطيات العلمية ومنها:

يشبط التدخين عمل هرمون الأنسولين في الدم وبالتالي زيادة مستوى السكر في التدخين يشبط عمل هرمون الأنسولين في الدم وبالتالي زيادة مستوى السكر بالدم لذلك يعتبر التدخين أحد العوامل المسببة للسكري ، ويؤدي ذلك إلى إرسال إشارات كاذبة إلى مركز الشهية في الدماغ ويقلل من الرغبة بأكل مما يؤدي ذلك إلى تشبیط الشهية لأكل وحصول سوء التغذية فيحصل هزال لخاليا الجسم فهل هذه هي الطريقة التي تبحث عنها المرأة للحصول على الرشاقة والجمال، والزيادة في الوزن التي تحصل عند بعض المقلعين عن التدخين هي فقط 2 كجم ويستطيع الشخص ببساطة التغلب على هذه الزيادة بإتباع تمارين يومية بسيطة كالمشي لنصف ساعة والاعتدال في تناول الأطعمة والمشروبات، والمدخن هو في حالة التهاب جسماني مزمن نتيجة لتفاعل خاليا الجسم مع المواد الكيميائية الضارة التي يحتويها التبغ مما يؤدي ذلك الالتهاب المزمن إلى حدوث شحوب وهزال بالجسم تم تسويق من قبل شركات التبغ على أنه نوع من الرشاقة والجمال، وثم لا ننسى أن نبدي استغرابنا الشديد من الذي يقدم السم في العسل ألا وهم شركات التبغ فهل يعقل أن يتعاطى إنساناً سما (التبغ) يحتوي على أكثر من سبعة ألف مادة ضارة ومنها حوالي 40 مادة تسبب السرطان لكي ينقص من وزنه 2 كجم وعبر آليات غير آمنة(المرجع السابق،ص(15,17).

المراجع :

- ١ - الزهراني، احمد (1998).تقويم فاعلية برنامج إرشادي مقترح لإقلاع المراهقين عن التدخين في البيئة السعودية. رسالة دكتوراه. جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية: الرياض
- ٢ - مصطفى، إبراهيم وآخرون(2010): المعجم الوسيط، القاهرة، مجمع اللغة العربية
- ٣ - العمري، سلمان محمد (2009)ظاهرة التدخين في المجتمع السعودي آثاره وأبعادة الانسانية ط1. مكتبة الملك فهد الوطنية: الرياض.
- ٤ - الغامدي،حنين(2017) العوامل المؤثرة في ممارسة عادة التدخين عند النساء.رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود: الرياض
- ٥ - القسم العلمي لدار الوطن (2019): التدخين قاتل الملايين، القاهرة، دار الوطن للنشر.

- 1- Leone, Aldo&Landini, Linda,Et.All(2010): What is Tobacco Smoke? Sociocultural Dimensions of the Association with Cardiovascular Risk, Article, UK, Current Pharmaceutical Design,N16
- 2-WHO Report on the Global Tobacco Epidemic(2008): WHO REPORT on the global TOBACCO epidemic, 2008,The MPOWER 'package, Geneva, World Health Organization
- 3-Vainio H (Jun 1987). "Is passive smoking increasing cancer risk?". Scandinavian Journal of Work,Article, Environment & Health. 13 (3): 193–6. doi:10.5271/sjweh.2066. PMID 3303311DOI: 10.5271/sjweh.2066
- 4-Cartwright(1991): Saving the Children for the Tobacco Industry, (Article Medical Anthropology Quarterly 5 (3
- 5-Jha, Prabhat; Peto, Richard (2014-01-02)."Global Effects of Smoking, of Quitting, and of Taxing Tobacco".New England Journal of Medicine. 370 (1): 60–68
- 6-Peate I (2005). "The effects of smoking on the reproductive health of men". British Journal of Nursing. 14 (7): 362–6. doi:10.12968/bjon.2005.14.7.17939. PMID
- 7-Korenman, Stanley G. (2004)."Epidemiology of erectile dysfunction".Endocrine. 23 (2–3): 87–91. doi:10.1385/ENDO:23:2-3:087. ISSN 1355-008X. PMID
- 8-Peate I (2005). "The effects of smoking on the reproductive (68) health of men".British Journal of Nursing. 14 (7): 362–6. doi:10.12968/bjon.2005.14.7.17939. PMID