

برنامه جامعی برای جلوگیری از مصرف سیگار  
و انواع دخانیات در کشور وجود ندارد

## دالان ورود به همه اعتیادها

اکرم سادات موسویان  
am\_152@yahoo.com



مواجهه با این معضل، مخفی کاری و پنهان نگاه داشته شدن از سوی فرزندان، حتی تا سنین جوانی از پدران و مادران خود است.

### کارکرد معکوس سفره خانه‌ها، ساخت کارخانه سیگار

در حال حاضر، قسمت اعظم سیگار و تنباکوی مورد استفاده در کشور، از طریق واردات قاچاق و در بسیاری موارد با مجوز تامین و همچنین چند کارخانه بزرگ دولتی زیر نظر سازمان دخانیات کشور نیز بخش دیگری از آن را تولید می‌کنند. نکته نگران کننده‌تر در این میان علاوه بر افزایش روزانه آمار افراد سیگاری، رواج استفاده از قلیان خصوصا در سفره خانه‌های سنتی کشور است که جمعیت غالب حاضر در آن را نیز همانند سایر موارد جوانان تشکیل می‌دهند که این امر سبب بروز نارضایتی در میان بسیاری از والدین شده چرا که هیچ گونه نظارتی بر سن و جنس استفاده‌کنندگان از قلیان اعمال نشده و همانند پرونده سیگار، استفاده از قلیان نیز در میان زنان و دختران جوان در حال افزایش است.

اعتیاد، در جمع‌های دوستانه و خانوادگی از انواع توتون برای چپق و یا قلیان استفاده و در موارد معدودی نیز از چند نوع سیگار ابتدایی موجود در بازار استفاده می‌کردند. اما در نیم قرن گذشته و خصوصا در سال‌های پس از انقلاب، با انفجار جمعیت و افزایش غیر قابل تصور جامعه جوان کشور از یک سو و موج تولید، ورود و تبلیغ صدها نوع سیگار رنگ به رنگ از سوی دیگر، سن مصرف دخانیات کاهش محسوسی یافته و در مقابل نمودار مصرف نیز سیری شتابان و صعودی به خود گرفت تا جایی که اکنون از سنین نوجوانی و دوره راهنمایی به عنوان یکی از فراگیرترین دوره‌های ابتلا به مصرف دخانیات نام برده شده، اما همچنان برنامه جامع و راهکاری که تمامی جوانب و زمینه‌های گرایش به این پدیده شوم و راه‌های عملی و قابل اجرای مبارزه و کاهش افراد استفاده‌کننده را در نظر گرفته باشد، در کشور به مرحله اجرا در نیامده است. این در حالی است که نگرانی از گرایش احتمالی و پنهانی استعمال دخانیات به طور فزاینده‌ای در میان خانواده‌های ایرانی در حال تشدید شدن است، چه این که مشکل اساسی در نحوه

گرایش به مصرف انواع دخانیات، از دیرباز در کشورمان مرسوم بوده و از قدمتی طولانی برخوردار است. با این همه نباید از این نکته غافل شد که شیوه، نوع ماده مصرفی و سن و سال استفاده از دخانیات در گذشته تفاوت محسوس و معناداری با سنین ابتلا به این "عادت" ناپسند و مضر داشته و کمتر به آن به عامل اصلی و راهروی ورود به انواع اعتیاد نگریسته می‌شده است.

اگرچه بشر در طول دوران حیات خود، به شکل‌های گوناگون، مواد طبیعی را به عنوان "سرگرمی" و یا حتی در اوج ناآگاهی به عنوان عاملی برای رفع خستگی و کسالت مورد آزمایش و سپس استفاده قرار می‌داده، اما با پیشرفت‌های روزافزون جامعه بشری و گام نهادن به عصر ماقبل مدرن در دوران نیمه صنعتی و سپس مدرن، گرایش به انواع صنعتی و نه طبیعی دخانیات و مواد مخدر نیز شکل و شمایلی تازه به خود گرفته و زنگ خطر را برای متولیان سلامت در کشورهای مختلف جهان به صدا در آورد. در ایران نیز در گذشته، برخی افراد میان سال و سالخورده به عنوان اموری تفتنی و نه عامل

در این میان اگرچه چندین بار خبر ممنوعیت استفاده از قلیان و برخورد پلیس با سفره‌خانه‌ها و قهوه‌خانه‌های مختلف شنیده شد، اما به دلیل برتری جو پلیسی به جای استفاده از راهکارهای علمی و روان‌شناسی، سبب غیر قابل اجرا شدن و ناتمام ماندن آن شد.

مدیر عامل انجمن زندگی عاری از دخانیات در این زمینه معتقد است که "در حال حاضر سفره‌خانه‌های سنتی به محلی برای گرایش جوانان به محصولات دخانی و گذران اوقات فراغت آنان بدل شده است".

در واقع سفره‌خانه‌هایی که برای آشنایی با فضای سنتی و عرضه غذاهای ایرانی مقابل برخی مکان‌های غیر ایرانی تاسیس شد، اکنون کارکردی معکوس یافته و در مواردی به ضرر سلامت افراد جامعه عمل می‌کند.

وی با اذعان ممنوعیت قلیان در سفره‌خانه‌های سنتی به نکته‌ای ناخوشایند اشاره می‌کند: مطالعه‌ای که صورت گرفته نشان می‌دهد که گرایش جوانان به سمت محصولات دخانی به غیر سیگار نگران‌کننده است.

از سوی دیگر چند سالی است که جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات، در هفته مبارزه با دخانیات با اجرای برنامه‌های مختلف سعی در آشنایی جامعه با مضرات و راه‌های پیشگیری از ابتلا به مصرف سیگار دارد اما در سال جاری هم‌زمان با این هفته، عملیات ساخت کارخانه تولید بسته‌بندی سیگار در شهرستان چالدران آغاز شد. مساحت زمین این کارخانه ۴۲ هزار مترمربع و اعتبار در نظر گرفته شده برای آن سی میلیارد تومان برآورد شده و برای تولید ۲۴ میلیارد نخ سیگار در سال با سرمایه‌گذاری بخش خصوصی در شهرک صنعتی این شهرستان در حال ساخت است.

## پیدا و پنهان سیگار

سیگار بزرگترین عامل مرگ زودرس و از کارافتادگی در دنیا است. سالانه بیش از سه میلیون نفر در دنیا به دلیل بیماری‌های مرتبط با سیگار جان خود را از دست می‌دهند که بیشترین درصد متعلق به کشورهای در حال توسعه می‌باشد.

بنابراین مبارزه با سیگار نیازمند تلاش همگانی بوده و باید در سطح جامعه به طور وسیع و مستمر اجرا شود. این گونه مبارزه در کشورهای توسعه یافته از چند دهه پیش به طور جدی آغاز شده و روز به روز

## ۹۰-۸۵ درصد از بالغین سیگاری، اولین سیگارشان را قبل از ۱۸ سالگی کشیده‌اند و اکثر آنها اولین تجربه این کار را در سنین ۱۳-۱۱ سالگی کسب نموده‌اند

گسترش یافته است.

بر طبق آمارهای موجود فقط ۲۵ درصد از افراد سیگاری، در سنین زیر ۶۰ سال قادرند که سیگار را به طور کامل ترک کنند. از طرف دیگر مشکل عمده‌ای که در همه کشورها وجود دارد، پایین آمدن سن شروع به کشیدن سیگار (در سنین نوجوانی) و همچنین رواج مصرف سیگار در همان زمان است. به طور کلی برخی دلایل توجه خاص به روش‌های پیشگیری اولیه در نوجوانان در خصوص سیگار در پی می‌آید:

۹۰-۸۵ درصد از بالغین سیگاری، اولین سیگارشان را قبل از ۱۸ سالگی کشیده‌اند و اکثر آنها اولین تجربه این کار را در سنین ۱۳-۱۱ سالگی کسب نموده‌اند.

هر چه شخص زودتر کشیدن سیگار را آغاز کند هنگام بزرگسالی تعداد بیشتر سیگار مصرف کرده و در نتیجه دچار ضرر بیشتری می‌گردد. افرادی که قبل از ۲۰ سالگی سیگاری می‌شوند، دو برابر کسانی که بعد از ۲۰ سالگی سیگار می‌کشند، دچار عواقب مضرات می‌شوند.

اغلب رفتار بهداشتی و غیر بهداشتی افراد در سنین نوجوانی شکل می‌گیرد که امکان تغییر و اصلاح رفتارهای غیر بهداشتی افراد در این سنین با استفاده از روش‌های کارآمد همچون آموزش توسط همسالان و افراد مورد اطمینان و اعتماد جامعه (Credible People) به دنبال تغییر نگرش و باور آنها وجود دارد. اهمیت این موضوع توجه به این

که در حال حاضر نیمی از جمعیت کشور عزیز ما زیر ۲۰ سال سن دارند، افزایش می‌یابد.

نوجوانان وقتی خودآگاهی‌های لازم را دریافت دارند و باور و نگرش مورد نظر در خصوص سیگار را به دست آورند، می‌توانند انتقال‌دهندگان مناسبی برای پیام‌های بهداشتی ما به سایر همسالان و همچنین به افراد خانواده همچون پدر، مادر، خواهر و برادران خود بوده و حتی در این جا می‌توانند نقش رابطه را ایفا کنند.

در خصوص مصرف سیگار در نوجوانان و جوانان ایرانی آمار دقیقی در دست نیست. برای مثال معلوم نیست که چند درصد از افراد این گروه سنی در نقاط مختلف کشور- با فرهنگ و شرایط اقلیمی متفاوت- سیگار می‌کشند و یا به طور میانگین از چه سنی شروع به کشیدن آن می‌کنند. همچنین از نگرش و باور دختران و پسران نوجوان در مورد سیگار و عوامل روی آوردن به سیگار اطلاع محدودی وجود دارد.

نتایج مطالعه‌ای که در سال‌های پایانی دهه ۷۰ با عنوان: بررسی تاثیر آموزش بهداشت (تئوری مصنویت اجتماعی) بر نگرش دانش‌آموزان پسر ۱۴-۱۲ ساله نسبت به سیگار در مدارس پسرانه غرب تهران (سال تحصیلی ۷۶-۷۷) در دانشگاه علوم پزشکی ایران به عمل آمد که بیانگر نکات نگران‌کننده‌ای است که بدون تردید اکنون و با گذشت حدود یک دهه از آن تاریخ، عمق بیشتری یافته است:

الف) دانش‌آموزان پسر در سنین پایین‌تر، نگرش معقولانه‌تری نسبت به مساله سیگار داشته و از آمادگی بیشتری برای تاثیرپذیری از آموزش و اصلاح نگرش خود برخوردارند. شاید علت این امر آن باشد که ورود دانش‌آموزان به سنین بالاتر، نوعی احساس تشخیص و بزرگی کاذب در آنان ایجاد می‌کند که پذیرش نصایح و آموزش‌ها را در آنها کاهش می‌دهند.

ب) اطلاعات دانش‌آموزان در مورد مضرات سیگار برای تندرستی در حد نسبتاً خوبی قرار دارد اما ۲۵ درصد از دانش‌آموزان- به رغم برخورداری از آگاهی مناسب و کافی در رابطه با مضرات سیگار- مصرف سیگار را در طول عمر خود یک بار یا بیشتر تجربه کرده بودند. این امر حاکی از آن است که آشنایی و آگاهی نسبت به مضرات سیگار نمی‌تواند به تنهایی عامل موثری برای جلوگیری از مصرف آن در نوجوانان باشد و لازم است که در برنامه‌های

آموزشی بر روی آثار زیان بار اجتماعی و فرهنگی سیگار نیز تاکید شود.

شواهد حکایت از آن دارد که از اواخر دهه ۱۹۷۰ میزان مصرف سیگار در جوانان کشورهای توسعه یافته سیر نزولی نشان می دهد. دلیل عمده این موفقیت اجرای برنامه های آموزشی در سطح جامعه با استفاده از رسانه های ارتباط جمعی و همکاری محققان و مدرسین باتجربه می باشد. این در حالی است که در اغلب کشورهای در حال توسعه مصرف سیگار در نوجوانان و جوانان افزایش چشمگیری یافته است که در کشور ما به رغم نبود آمار دقیق چنین افزایشی نمی تواند دور از واقعیت باشد. با وجود کاهش تعداد افراد سیگاری در اغلب کشورها به ویژه در کشورهای توسعه یافته، نسبت دختران سیگاری به پسران سیگاری در این کشورها افزایش یافته است.

در توجیه علت شیوع مصرف سیگار در خانمها مجموعه ای از عوامل وجود دارد که از آن جمله می توان استعدادهای بیشتر دختران برای تاثیرپذیری از گروه همسال، اعتقاد به مصرف سیگار بر کاهش وزن، پایین بودن سن بلوغ دختران نسبت به پسران و کمبود فعالیت های تدریجی دختران اشاره نمود. مطالعات نشان می دهد که در هر دو جنس وجود دوستان ناباب و ترغیب آنها به عنوان مهمترین و اصلی ترین دلیل رفتن نوجوانان به سوی سیگار و سایر رفتارهای غیر بهداشتی عنوان شده است. به علاوه در پسران حس مرد شدن و بزرگ شدن کاذب و در دختران حالت تفتنی و ژست در سیگار کشیدن از عوامل جذب به سیگار مطرح شده است.

### شروع مصرف سیگار

بر اساس تئوری شناخت اجتماعی باندورا بچه ها با مشاهده اطرافیان سیگار کشیدن را یاد می گیرند، آنها به طور صمیمی یاد می گیرند که طبق اظهار افراد سیگاری، کشیدن سیگار اضطراب و نگرانی را کاهش می دهد و موجب تسکین در مصرف کنندگان می شود. کودکان به کرات نظاره گر اعمالی هستند که به ظاهر لذت بخش اما دارای منع اجتماعی و بهداشتی می باشند که آثار سوء آنها به فوریت مشخص نیست.

از دیگر سو وقتی که الگوهای فرد اعم از پدر و مادر، اطرافیان و دوستان چنین عملی را انجام می دهند، این امر می تواند تا به آن حد بر احساسات نوجوان اثر گذار که دانسته هایش را در مورد اثرات

سوء مصرف سیگار تحت تاثیر قرار داده و ممکن است سبب سیگار کشیدن برای امتحان کردن از سوی شخص شود. نتایج کلیه مطالعات انجام شده حاکی از آن است که در ایجاد تمایل نوجوانان برای سیگار کشیدن، عوامل محیطی، اجتماعی و اراده شخصی نقش دارند و در شرایط خاص ممکن است فشار اثرات محیطی و اجتماعی بر اراده شخص فایز آیند. آموزش نوجوانان برای این که نتوانند خود را در برابر چنین شرایطی آماده سازند، احتمال سیگار کشیدن را در آنها به شدت کاهش می دهد.

مطالعات متفاوتی در خصوص تاثیرپذیری نوجوانان از اجتماع و خانواده در خصوص رفتارهای بهداشتی انجام شده است. نتایج این گونه مطالعات متخصصین و مسوولین آموزش بهداشت را در طراحی برنامه های پیشگیرانه و مداخله ای به منظور

شناسن را عامل اصلی مشکلات و معضلات خود می پندارند و تحت تاثیر شدید عوامل خارجی از جمله افراد مورد اعتماد خود قرار می گیرند و تحت تاثیر نصایح و پیام های مستقیم قرار دارند.

این نتایج از آن جا حایز اهمیت است که با انجام مطالعات منطقه ای و اقلیمی به راحتی می توان مشخص نمود که تاثیرپذیری نوجوانان بیشتر از عوامل درونی است یا برونی تا با استفاده از پیام ها و برنامه های مداخله گرانه بهداشتی مناسب و غالباً توام (پیام های مستقیم و غیر مستقیم)، آموزش مورد نظر را در سطح وسیع به مخاطبین هدف ارائه داده و حداکثر نتیجه را به دست آورد.

### طرح هایی که اجرا نمی شوند

با گذشت چند سال از تصویب طرح ممنوعیت



استعمال دخانیات در اماکن عمومی و دستورالعمل اجرایی اخیر دولت مبنی بر برخورد انضباطی با کارمندانی که در محیط کار از این قانون تبعیت نمی کنند، اما هنوز در بسیاری از مکان های عمومی توجهی به این امر نشده و افراد سیگاری اجازه این تعرض و عدم احترام به حقوق هموطنان را به خود می دهند. این در حالی است که صرف نظر از مضرات پر شمار و مرگ آور مصرف دخانیات برای افراد سیگاری، به استناد تحقیقات علمی، دود حاصل از آن برای اطرافیان و آنهایی که ناخواسته و به ناچار در معرض استنشام آن قرار دارند از خطر بیشتری برخوردار بوده و این امر لزوم تاکید بر اجرایی شدن

تشویق و اشاعه رفتار بهداشتی و ترغیب و منع رفتارهای غیر بهداشتی (از جمله کشیدن سیگار) یاری می دهد.

در مجموع، نتایج این گونه مطالعات حاکی از آن است که افراد به طور عام به دو گروه درون گرا و برون گرا در تصمیم گیری به انجام یا عدم انجام یک رفتار تقسیم می شوند. افراد درون گرا غالباً افرادی هستند که عملکرد خویش و سبک زندگی خود را عامل تمامی مسایل از جمله مشکلات بهداشتی می دانند و کمتر تحت تاثیر نصایح و پیام های بهداشتی مستقیم قرار می گیرند. گروه دوم یعنی افراد برون گرا، غالباً کسانی هستند که حوادث، اتفاقات و

این قانون را دوچندان می‌سازد. اما از ورای این مساله آنچه نباید به فراموشی سپرده شود اثرات روانی و اجتماعی استفاده از سیگار در اماکن عمومی است چه این که این گونه رفتارها سبب بلاموضوع شدن تذکرات والدین و مربیان خصوصا برای نوجوانان و جوانانی که هنوز امکان تشخیص و تمیز مضرات پرشمار اعتیاد به دخانیات را ندارند خواهد شد.

در این میان به نظر می‌رسد علاوه بر ایجاد محدودیت‌های قانونی برای افراد سیگاری و همچنین به کارگیری روش‌های تشویقی برای ترغیب این افراد جهت اتخاذ تصمیم کنار گذاشتن استعمال دخانیات، تدوین نظام جامع به پیشگیری باید همواره به عنوان گام اصلی و زیربنایی جهت مواجهه منطقی و اصولی با فراگیر شدن سیگار در دستور کار تصمیم‌سازان و مدیران اجرایی بخش‌های مرتبط قرار گیرد چه این که "پیشگیری" به عنوان یک راه حل کم هزینه و آسان‌تر نسبت به درمان، سایر مسایل و موضوعات مشابه نیز در کانون توجهات قرار دارد. اگر چه در طول سال‌های اخیر و با توجه ویژه دولت اصلاحات به رشد و گسترش NGO و تشکل‌های صنفی، راه برای حضور افراد داوطلب از میان آحاد جامعه برای ارایه راهکار و ایده‌های نو جهت مسایل مرتبط با موضوعات اعتیاد و دخانیات هموارتر شده، لیکن توجه ویژه مسوولان و در نظر گرفتن پارامترهای فراوان دخیل در گرایش به سمت انواع دخانیات و مخدرها و از بین بردن زمینه‌های روانی - به عنوان یکی از دلایل کشیده شدن به سمت آنها و به طور خاص در میان جوانان- از یک سو و رفع تنگنایهای اقتصادی نظیر فقر و بیکاری به عنوان عامل اصلی تشدیدکننده بسیاری از رفتارهای ناصحیح و جرایم در جامعه از سوی دیگر، امری بدیهی به شمار می‌رود. از همین روست که نیاز به آموزش‌های مداوم به عنوان مهمترین راهکار کاهش گرایش به سیگار و استفاده از تمامی ظرفیت‌های تبلیغاتی و به کارگیری شیوه‌های نو و مورد علاقه نوجوانان و جوانان خصوصا در بازه سنی ۱۲ تا ۱۸ سال جهت اطلاع‌رسانی و ایجاد آگاهی در میان آنها - بر اساس آمار و نظرات کارشناسان- تا پنجاه درصد سبب کاهش میل و رغبت به این پدیده مخاطره‌آمیز برای سلامت جوامع انسانی خواهد شد. در همین حال معاون پیشگیری و امور فرهنگی سازمان بهزیستی از تدوین طرح پیشگیری از اعتیاد به سیگار در کشور خبر داده و البته آن را در مرحله "طراحی" عنوان کرد. وی اما به پیش شرطی در این خصوص

اشاره می‌کند که به نظر می‌رسد با توجه به اتلاف میلیاردها تومان از منابع درآمدی کشور در راه‌های غیر ضرور و حتی بی‌فایده، محل پرسش جدی است "اگر بتوانیم از وزارت بهداشت بودجه اجرای طرح را بگیریم اجرای آن را آغاز خواهیم کرد؟". این طرح قرار است در تمامی مقاطع دبستان، راهنمایی و دبیرستان و حتی مهد کودک‌ها به مرحله اجرا گذارده شود. اما از سوی دیگر مدیر دفتر پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی وزارت آموزش و پرورش به عنوان یکی دیگر از نهادهای ذی‌ربط در این مساله از عدم اجرای برنامه پیشگیری از مصرف دخانیات در مدارس به دلیل "کمبود اعتبارات" خبر داد. اما در عین حال ابراز امیدواری کرد تا با تخصیص اعتبار از سوی سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی در سال ۸۶، خبرهای خوبی در این زمینه برای دانش آموزان، اولیای آنها و معلمان مدارس داشته باشد.

### گرایش زنان و دختران به سیگار

از آن جا که از سالیان دور حفظ فرهنگ و اصالت

منحصر به فرد ایرانی در میان زنان و دختران کشورمان از منزلت و جایگاهی خاص برخوردار بود، بر خلاف جوامع مدرن جهان درصد استفاده‌کنندگان از دخانیات در میان آنها به مراتب کمتر از مردان مشاهده می‌شد. اما در سال‌های اخیر و با حرکت صعودی هرم جمعیتی به سوی جوان شدن، این شرایط به سرعت در معرض دگرگونی قرار گرفته است. اگر چه آمار و ارقام دقیقی از تعداد و یا سن زنان و دختران استفاده‌کننده از سیگار یا قلیان از سوی مراجع رسمی کشور اعلام نشده، اما بسیاری از مسوولان و کارشناسان نسبت به رواج انواع دخانیات در میان زنان و خصوصا دختران جوان به اعلام هشدار پرداخته‌اند.

این در حالی است که مصرف سیگار به عنوان یکی از عوامل اصلی بروز و ابتلا به سرطان‌های رایج و بعضا غیر قابل درمان میان زنان شناخته شده و از همین رو اندیشیده شدن تدبیری جدی در کشور جهت ارایه آگاهی لازم در این زمینه نیازی جدی به شمار می‌رود.

**شرکت تولیدی و مهندسی**

**حرارت گستر**

**دارای پروانه کاربرد علامت استاندارد شماره ۵۷۷۹**

**\* دارای تاییدیه تشنه ساختن دیگ بخار و آب داغ از TÜV آلمانی \***

<b>تولید کننده :</b>	
<b>دیگ بخار</b>	<b>فیلتر شنی</b>
<b>دیگ آب داغ و آب گرم</b>	<b>دی الکالایزر</b>
<b>دی آریتور</b>	<b>فلاش تانک بخار</b>
<b>سختی گیر</b>	<b>جداکننده آب از بخار</b>
<b>منبع کویل دار</b>	<b>جدا کننده هوا از آب</b>
<b>مبدل حرارتی</b>	<b>منبع کندانس</b>

نشانی: تهران، خیابان طالقانی شرقی، شماره ۵۴۴، صندوق پستی: ۱۵۸۷۵-۵۲۷۱  
تلفن: ۷۷۶۰۵۸۹۳ - ۷۷۶۰۵۸۸۹ تا ۷۷۶۰۴۵۳۱