# دراسة انتشار ظاهرة التدخين بين الطلبة الجامعيين في مدينة الناصرية/العراق

منذر كامل عودة

قسم التمريض-المعهد التقني/ ناصرية

**الملخص Abstract:**

أجريت الدراسة بطريقة الاستبيان على عينة عشوائية من الطلبة الجامعيين في جامعة ذي قار والمعهد التقني /ناصرية. شمل الاستبيان عينة مكونة من خمس مائة طالب تراوحت أعمارهم بين ١٩ إلى ٢٥ سنة ومن مراحل دراسية مختلفة. أظهرت النتائج ان عدد المدخنين كان ٩٧ مدخنا أي بنسبة ١٩,٤٪ ولم تسجل فروقا معنوية بين عدد المدخنين ومناطق سكنهم في الريف أو المدينة، وقد ظهر ان ٦٥,٩٪ من المدخنين كانوا من عوائل متوسطة الدخل، وان ٢٧,٨ ٪منهم كانوا من عوائل ميسورة الحال. كما تبين ان ٩٥,٨٪من المدخنين يعرفون تماما أضرار التدخين ومشاكله وان أكثر من ٧٩% منهم يعانون من أعراض مرضية . فيما ظهر ان ٨٧,٦ ٪ من المدخنين كانوا يرغبون بالإقلاع عن التدخين.

**The study was conducted using a questionnaire on a random sample of university students in the University of Thi Qar and Technical Institute / Nassyriah. Questionnaire included a sample of five hundred students aged between 19 to 25 years and different stages of learning. The results showed that the number of smokers were 97(19, 4%) . There is no significant value between number of smokers and living areas. 65.9% of smokers were middle-income families, and 27.8% of them were from well off families. Also found that 95.8% of smokers know very well the dangers of smoking and its problems and more than 79% of them suffer from symptoms. As it turned out that 87 ,6% of smokers who want to stop smoking.**

## المقدمـــة Introduction:

يمثل التدخين ظاهرة بالغة الخطورة وذات آثار سيئة تتجسد أهم مظاهرها ومشاكلها فيما يلى من الحالات :

-انتشار التدخين بصورة كبيرة ليس في محيط المدرسة والجامعة فحسب بل على نطاق واسع بين الشباب دون ١٨سنة في المراحل الثانوية، والإعدادية ، مما يشكل خطراً كبيرا على صحتهم في عمر مبكر.

-عدم وجود برامج كافية لتوجيه الشباب للإقلاع عن التدخين وتبيان مخاطره، وكذلك عدم وجود إحصاء دقيق للمدخنين من الشباب لاستبيان عمق المشكلة.

-تشجيع بعض المواد الإعلامية من أفلام وغيرها للتدخين بصورة غير مباشرة إذ تبرز التدخين كعادة اجتماعية مقبولة.

-وجود وسائل تدخين جذابة (مثل الشيشة) في العديد من المنشآت السياحية والترفيهية والمقاهي ، وتساهم في انتشار التدخين بدرجة كبيرة، مما يؤدى إلى انتشار أمراض مثل السل الرئوي.

-ارتباط عادة التدخين بالإدمان ، مما يعنى أن التدخين يمكن أن يكون الخطوة الأولى في طريق الإدمان.

-ارتفاع تكلفة إعادة تأهيل الشباب المدمن وضعف احتمالات تمكنهم من استكمال دراستهم وضياع مستقبلهم وانحرافهم.[1]

**أسباب التدخين:**

**أولاً/ الأهمال العائلي: إن إهمال الأبناء والبنات وعدم تربيتهم التربية الصالحة لها آثارها السيئة على سلوكهم، يقول الرسول – صلى الله عليه وآله-: "كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو يمجسانه أو ينصرانه" كذلك الإفراط في التدليل يؤدي إلى الانحراف .**

**ثانيا/ رفقاء السوء: ولقد حذرنا الله عز وجل من الرفيق السيئ فقال تعالى: (وَيَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا ( ٢٧/٢٥ ) يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا ( ٢٨/٢٥) لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنسَانِ خَذُولا (سورة الفرقان)**

**ثالثاً: الإعلام: وللإعلام دور مؤثر في إفساد الشباب والفتيات، خاصة القنوات الفضائية التي تحمل في كثير من برامجها التشجيع والدعاية للتدخين ولشركات التبوغ.**

**رابعاً: مما ساعد على انتشار التدخين المحاكاة والتقليد.**

**خامسا: الهروب من الواقع.**

**سادساً: الضغوط النفسية والأسرية[2].**

**الأضرار الصحية للتدخين**

**١- السرطان ٢-ارتفاع ضغط الدم**
**٣- ضيق الأوعية الدموية تحت الجلد. ٤- ضيق الشعيبات الهوائية. ٥- السعال**
**٦- السكتة الدماغية ٧-الإجهاض**
**٨- ولادة أطفال ناقصي النمو ٩-سرطان عنق الرحم ١٠- لين العظام ١١- متاعب كثيرة بالحمل والدورة الشهرية ١٢- سرطان الرئتين وتصل إلى نسبة ٤٠% بين المدخنين والمدخنات. ١٣- أمراض القلب الوعائية مثل زيادة ضربات القلب. [3].**

**أجريت دراسة مسحية حول التدخين بين فئة الشباب في دول الخليج ، أظهرت نتائجها أن معدل التدخين يتراوح بين ٤,٧ إلى ١٧,٧ % بين الذكور،و ١,٨ إلى ١٤,٨% بين الإناث مشيرة إلى أن شركات التبغ تنفق بلايين الدولارات كل عام لتوسيع نطاق شبكة التسويق إلى أقصى حد ممكن لاجتذاب المستهلكين من صغار السن، كما تستخدم هذه الشركات طرقاً تكتيكية مبتكرة بشكل دائم لتنشيط مبيعات منتجاتها. وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية إلى أن ٧٠٠ مليون طفل، أي حوالي نصف أطفال العالم يستنشقون هواءً ملوثاً بدخان التبغ، كما قدرت منظمة العمل الدولية وفيات العاملين من جراء التعرض لدخان التبغ السلبي في أماكن العمل بنحو ٢٠٠.٠٠٠ عامل سنوياً.**

**تحتفي دول العالم سنويا باليوم العالمي للامتناع عن التدخين والذي من خلاله يتم تشجيع الشباب المدخنين على الإقلاع عنه، فيما تستهدف شركات صناعة التبغ فئة الشباب بكل ضراوة. وان أربعة من كل خمسة من المراهقين الذين يعيشون في الدول النامية شاهدوا دعاية إعلانية جديدة تشجع على تعاطي التبغ[4].**

**مبادرة التحرر من التبغ**

**إن مبادرة التحرر من التبغ بدأت كمشروع رفيع المستوى لمنظمة الصحة العالمية يرمي إلى جذب الانتباه وتركيز الموارد والأعمال على الصعيد الدولي تصدياً لجائحة التدخين العالمية، والتي تقتل حالياً نحو خمسة ملايين شخص كل عام. ومنذ أعلن مدير عام منظمة الصحة العالمية أن مبادرة مكافحة التبغ برنامج ذو أولوية قصوى، اكتسب الاهتمام الذي توليه منظمة الصحة العالمية في مكافحة جائحة التدخين زخماً وقوة دفع مضت بالمبادرة قدماً إلى الأمامُ.**

**يعد تعاطي التبغ السبب الرئيسي في وقوع الوفيات في العالم ويمكن توقيه، كما يشكل أخطر تهديدات الصحة العمومية التي يواجهها العالم، فالتبغ يقتل ٥.٤ مليون شخص كل سنة، وإذا لم يتم السيطرة على ذلك فقد ترتفع حصيلة الوفيات إلى أكثر من عشرة ملايين سنوياً بحلول عام ٢٠٣٠ .وقد قامت المديرة العامة لمنظمة الصحة العالمية، الدكتورة مارغريت تشان، وعمدة مدينة نيويورك، مايكل ر. بلومبرغ، بإصدار تقرير عن تعاطي التبغ في مؤتمر إخباري عقد في مدينة نيويورك في السابع من شباط/فبراير ٢٠٠٨، هذا وقد ساعد في تمويل هذا التقرير منظمة بلومبرغ للأعمال الخيرية.ويعرض تقرير منظمة الصحة العالمية بشأن الوباء العالمي للتبغ لأول مرة تحليلاً لأحوال تعاطي التبغ والجهود المبذولة لمكافحته في العالم، والتقرير لا يوثق هذا بتفاصيل غير مسبوقة وحسب، بل إنه يرسم خارطة الطريق التي تحدد أقوى الطرق الفاعلة لعكس هذا الوباء المتفاقم[2,3].**

**متعاطي التبغ لمدة طويلة معرَّض بنسبة ٥٠% للموت قبل الأوان بمرض من الأمراض التي يسبِّبها التبغ. ففي كل عام، يتسبَّب التبغ في موت حوالي ٤ ملايين شخص قبل الأوان، منهم مليون شخص في بلدان ليس بوسعها تحمُّل عبء الرعاية الصحية. ومن المتوقَّع أن يحصد هذا الوباء أرواح ٢٥٠ مليون طفل وبالغ من الأحياء، ثلثهم يعيشون في بلدان نامية. ومن المرجَّح أن يصبح التبغ، بحلول سنة ٢٠٣٠، السبب الرئيسي للموت والعجز، إذ سيقتل أكثر من ١٠ ملايين شخص سنوياً، وهو عدد يزيد على ما تحصده العدوى بفيروس الإيدز، والسل، ووفيات الأمومة، وحوادث السيارات، والانتحار، والقتل، مجتمعة. ووفقاً لتقديرات منظمة الصحة العالمية، يوجد في العالم حوالي ١.١ ألف مليون مدخن، حوالي ثلثهم ممن تبلغ أعمارهم ١٥ عاماً فأكثر. والتبغ عامل من عوامل**

الاختطار لنحو ٢٥ مرضاً، وعلى الرغم من أن آثاره الصحية معروفة جيداً، فإنه لم يتم بعد تقدير مدى أثره على عبء المرض عالمياً تقديراً وافياً. علماً بأنه لا يتوقع لأي مرض بمفرده أن يكون له هذا التأثير الهائل على الصحة بقدر ما لهذا العامل من عوامل الاختطار. وتفيد التقديرات أن التبغ مسؤول بالفعل عن حوالي ٢.٦% من مجموع عبء الموت والمرض، وأنه يتوقع لهذه النسبة أن تتضاعف ثلاث مرات لتصل إلى ٨.٩% من مجموع عبء الموت والمرض، بحلول عام ٢٠٢٠. ويُتوقّع أن يموت حوالي ١٠٠٠ شخص مقابل كل ١٠٠٠ طن يتم إنتاجها من التبغ. [5].

ويبدأ التدخين عادةً في مرحلة المراهقة. أما إذا ظل الشخص متحرِّراً من التدخين طول مرحلة المراهقة، فمن الأرجح أن لا يدخِّن أبداً. لذا، فمن الضروري بذل جهود مكثّفة لمساعدة الشباب على البقاء متحرِّرين من التدخين. وعلى الرغم من أن ٧٥-٨٥% من المدخنين، الذين أجريت عليهم دراسات، يريدون الإقلاع عن التدخين، وأن حوالي ثلثهم قد بذلوا ثلاث محاولات جادة على الأقل في هذا الاتجاه، فإنه لم يُفلح سوى أقل من نصف المدخنين في الإقلاع نهائياً عن التدخين قبل سن الستين. فمن الواضح أن الاعتماد على النيكوتين يمثِّل عقبة رئيسية أمام التوقف بنجاح عن التدخين. لقد زُعِم أن تدخين السجائر ذات المحتوى المنخفض من القطران أحد مراحل عملية الإقلاع عن التدخين. وهذا خطأ. فقد تأكد أن السجائر المنخفضة القطران والمنخفضة النيكوتين تشجع الشباب والنساء على بدء التدخين ظناً منهم بأنها أقل خطورة، كما تشجع المدخنين على الاستمرار في التدخين. أشار الدليل الذي قدمته شركات التبغ في دعواها ضد قانون مكافحة منتجات التبغ الكندي إلى أن تدخين السجائر المنخفضة القطران قد يحول بين المدخنين وبين التوقف عن التدخين وفقاً لما نصت عليه العبارات المقتبسة التالية:
"الرغبة في الإقلاع عن التدخين كلياً، والتبرير المنطقي الذي يلجأ إليه الكثير من المستهلكين بأن تقليل استهلاكهم من القطران والنيكوتين يجعلهم أكثر قرباً من الإقلاع التام عن التدخين، قد يزيد في الواقع تسويق السجائر بصورة كبيرة". (مقتبسة عن وثيقة أعدتها أنظمة التسويق لشركة إمبريال للتبغ المحدودة).

"تتوفر بيِّنات على فشل إقلاع مدخني أصناف السجائر (ذات المحتوى المنخفض من القطران والنيكوتين) وهناك مؤشرات على أن ابتكار مثل هذه السجائر (ذات المحتوى المنخفض للغاية من القطران) قد جذب بعض المقلعين عن التدخين عن طريق تقديم بديل مغر لهم عن الإقلاع"[6].

تتضح أهمية الإعلان بالنسبة لصناعة التبغ من تزايد إنفاقها على هذا الغرض. ففي عام ١٩٧٨ بلغت التكاليف العالمية لإعلانات الشركات الكبرى ذات الفروع العالمية حوالي 8 ,1% بليون دولار . وبعد مرور عشر سنوات، أي في عام ١٩٨٨، أنفقت صناعة التبغ داخل الولايات المتحدة وحدها مبلغ ٣.٢٧ بليون دولار على الإعلان والترويج، وهذا يمثل نحو ضعف الإنفاق العالمي في عام ١٩٧٨، وبزيادة 9 ,26% عن الإنفاق داخل الولايات المتحدة في عام ١٩٨٧. منذ عام ١٩٧٥ حتى عام ١٩٨٨ تزايد الإنفاق الكلي على الإعلان والترويج عن السجائر أكثر من ستة أضعاف، وبعد تصحيح الأرقام وفقاً لمؤشر السعر للمستهلك لعام ١٩٧٥ بالدولار، كانت الزيادة ثلاثة أضعاف (مركز مكافحة الأمراض، عام ١٩٩٠). [6,4] .

## هدف الدراسة Aim of Study:

تهدف الدراسة إلى تحديد مدى انتشار ظاهرة التدخين بين الطلبة الجامعيين في مدينة الناصرية وتحديد تأثير بعض العوامل الأجتماعية والمعيشية على انتشار هذه الظاهرة.

## أجراءأت البحث

أجريت الدراسة على عينة عشوائية من الطلبة الجامعيين في مدينة الناصرية. تشكلت العينة من ٥٠٠ طالب في كل من المعهد التقني في الناصرية وكلية التربية /جامعة ذي قار . أجريت الدراسة بطريقة الاستبيان المكتوب ، إذ تم توزيع استمارات الاستبيان على الطلبة وكانت تحمل الأسئلة التالية:

**استمارة استبيان لغرض إجراء بحث حول التدخين**

**العمر**

**السكن : ريف ( ) مدينة ( )**

**الحالة الاقتصادية : ميسورة ( ) متوسطة ( ) فقيرة ( )**

**هل أنت تدخن السكائر: نعم ( ) كلا ( )**

**كم مضى وأنت تدخن: سنة ( ) سنتين( ) ثلاث سنوات ( ) أكثر من ذلك ( )**

**هل الوالدين مدخنين : الأب ( نعم كلا ) الأم ( نعم كلا)**

**ما سبب قناعتك بالتدخين : متعة ( ) إحساس بالرجولة ( ) تقليد الغير ( ) تنفيس عن هموم ( )**

**هل تعاني من الأعراض : سعال ( ) فقدان شهية ( ) ضيق في التنفس ( ) تعب ( )**

**أعراض أخرى ( تذكر) ( )**

**هل تعرف مخاطر التدخين: نعم ( ) كلا ( )**

**هل ترغب في الإقلاع عن التدخين: نعم ( ) كلا ( )**

**تم فرز الإجابات وتحليل النتائج إحصائيا باستخدام نظام SPSS على الحاسوب**

## النتائـــج Results:

**أظهرت نتائج الدراسة ان عدد المدخنين للسكائر بلغ ٩٧ مدخن من مجموع ٥٠٠ طالب شملهم الاستبيان بنسبة ١٩,٤ % .**

**جدول رقم(١): أعداد المدخنين وغير المدخنين**

| الحالة | التكرار | النسبه المئوية |
|---|---|---|
| المدخنين | ٩٧ | ١٩,٤ |
| غير المدخنيين | ٤٠٣ | ٨٠,٦ |
| المجموع | ٥٠٠ | ١٠٠ |

**ظهر من الدراسة ان ٤٢,٢٪ من المدخنين قد مضى عليهم أكثر من ثلاث سنوات وهم يدخنون السكائر وبفارق معنوي عن الفئات الأخرى، إذ تبين ان ٢٠,٦٪ منهم مضى عليهم ثلاث سنوات، وان ١٥,٥٪ منهم مضى عليهم سنتان جدول رقم (٢).**

جدول رقم (٢): عدد سنوات التدخين للسكائر

| الممدخنين | التكرار | النسبه المئوية |
|---|---|---|
| سنة واحدة | ٢١ | ٢١,٦ |
| سنتان | ١٥ | ١٥,٥ |
| ثلاث سنوات | ٢٠ | ٢٠,٦ |
| أكثر من ذلك | ٤١ | ٤٢,٢ |
| المجموع | ٩٧ | ١٠٠ |

ويظهر من جدول رقم ( ٣ ) أن ٨٤,٥٪ هم من سكنة المدينة

جدول رقم (٣ ) توزيع عينة البحث بحسب السكن

| السكن | التكرار | النسبة المئوية |
|---|---|---|
| المدينة | ٨٢ | ٨٤,٥ |
| الريف | ١٥ | ١٥,٥ |
| المجموع | ٩٧ | ١٠٠ |

أشارت النتائج الى ان ٣٢,٩٪ من المدخنين كانوا من آباء مدخنين وان ٦,١٪ فقط كانوا من امهات مدخنات (جدول رقم ٤)

جدول رقم( ٤): أعداد الوالدين المدخنين للسكائر

| الأب | ٪ | الأم | ٪ |
|---|---|---|---|
| ٣٢ | ٣٢,٩ | ٦ | ٦,١ |

والجدول رقم ( ٥) يبين ان أكثر من ٩٥٪ من المدخنين يعرفون تماما مضار التدخين من جميع النواحي يضمنها المضار الصحية والاقتصادية

جدول رقم ( ٥): النسبة المئوية للذين يعرفون مضار التدخين

| نعم | ٪ | كلا | ٪ |
|---|---|---|---|
| ٩٣ | ٩٥,٨ | ٤ | ٤,١ |

ويظهر من الجدول رقم( ٦)، ان ٨٣,٥٪ منهم يدخنون بسبب الهموم التي يعتقدون أنهم يعيشونها، وان ٩,٢٪ منهم يدخنون طلبا للاستمتاع بالسكائربينما يشعر ٤,١ ٪ ان التدخين يبعث فيهم الإحساس بالرجولة، في حين ان ٣ ٪ منهم يدخنون تقليدا للآخرين.

جدول رقم ٦): الأسباب والدوافع للتدخين

| تقليد الغير ٪ | | إحساس بالرجولة ٪ | | بسبب الهموم ٪ | | متعة ٪ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ٣ | ٣,١ | ٤ | ٤,١ | ٨١ | ٨٣,٥ | ٩ | ٩,٣ |

أظهرت نتائج الدراسة ان ٣١,٩ ٪ من المدخنين يعانون من فقدان الشهية، وان لديهم الشعور بالتعب ، بينما يشعر 10, 3 ٪ منهم بضيق في التنفس سيما عند القيام بمجهودات عضلية، وان 7,2 ٪ منهم يعانون من السعال جدول رقم (٦).

جدول رقم (٦): أعداد المدخنين الذين يعانون من أعراض مرضية.

| سعا ل ٪ | | فقدان الشهية ٪ | | ضيق في التنفس٪ | | الشعور بالتعب٪ | | لاتوجد أعراض٪ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ٧ | ٧,٢ | ٣١ | ٣١,٩ | ١٠ | ١٠,٣ | ٢٩ | ٢٩,٨ | ٢٠ | ٢٠,٦ |

أظهرت نتائج الاستبيان ان نسبة المدخنين الذين يرغبون بالإقلاع عن التدخين بلغت ٨٧,٦ ٪ ،في حين أبدى الآخرون عدم الرغبة في الإقلاع عنه.

## المناقشة Discussion:

لا شك أن التدخين من العادات البغيضة جدًا، وهو حقيقةً يضر بالصحة بشكل بليغ، وأضرار التدخين معروفة للناس،وقد أجمع الكثير من العلماء على حرمته من الناحية الشرعية ، وهو بكل أسف منتشر جدًا في منطقتنا،وتشير بعض الدراسات إلى ان نسبة المدخنين بين الطلبة الذكور في المملكة العربية السعودية يتراوح بين ٣٥-٤٥ ٪ فيما أظهرت الدراسة الحالية ان نسبة المدخنين من الطلبة الجامعيين في مدينة الناصرية/ العراق بلغ ١٩,٤٪ في حين توافقت دراسات أخرى مع هذه النتائج وأظهرت نسبة ١٥ ٪ من الطلبة الجامعيين في بعض دول الخليج الأخرى يدخنون السكائر[7].

هنالك عدة أسباب تجعل الشباب يميلون إلى التدخين:
أولاً : لا شك أن فترة اليفاعة والشباب هي فترة التكوين الجسدي والوجداني والعاطفي، وفي هذه الفترة يسهل التأثير الخارجي على الشاب، ومن هنا يتأثر الشباب كثيرًا بالدعاية التي تقوم بها شركات السجائر، ولذا نلاحظ أن الكثير من الدعايات البغيضة والمرفوضة ترتبط دائمًا بالرياضيين والمغنيين؛ لأن هذه الشخصيات يتخذها بعض الشباب كمثال أو قدوة له بكل أسف وهذا ما يعني من تقليد الآخرين كما جاء في الجدول ( ٦) من النتائج، إذن فشركات السجائر والدعاية التي تقوم بها، هي واحدة من الأسباب الأساسية التي تجعل الشباب أكثر جاذبية للتدخين.
ثانيا: هنالك مشاعر داخلية للشباب أن التدخين يكمل من رجولته، ويجعله أكثر اقتدارًا وأكثر قبولاً من الناحية الاجتماعية ، إذن هو نوع من البحث عن إكمال الذات، وهذا من الأسباب الكبيرة جدًا وقد أظهرت الدراسة ان نسبة ٤,١ ٪ من المدخنين ينطبق هذا عليهم.
ثالثًا: بعض الشباب يدخل في التدخين فقط بقصد التجربة، يريد أن يجرب ما يقوم به الآخرون، ويسأل نفسه داخليًا: لماذا لا أقوم بذلك؟ وتستهويه العادة ويستمر بها.
رابعًا: لا شك أن هنالك ما يعرف بضغط الزمالة، وهو التأثير الذي يجده الشاب من أقرانه، ، يقول له صديقه: لماذا لا تجرب؛ هل أنت لا زلت صغيرًا؟ أنت قد كبرت وجرب، وهكذا.. وهذا بالطبع يؤدي إلى كثير من الانقياد، خاصة إذا كان الشاب صغيرًا في السن، ويسهل التأثير عليه، ولم يكتمل البناء النفسي لشخصيته.
خامسا: هنالك بعض الشباب ينتمون إلى أسر لا تحارب التدخين، أو ربما تقره، أو حتى ربما تشجع عليه، كأن يسأل الوالد ابنه أن يحضر له علبة السجائر، لا شك أن هذا يؤدي إلى نوع من الارتباط الذهني بين هذا الشاب وبين السيجارة، وهو نوع من الإقرار الاجتماعي المرفوض جدًا ،وقد أظهرت الدراسة ان أكثر من ٣٨ ٪ من الطلبة المدخنين من والدين مدخنين أيضا .
سادسا: أن بعض الشباب ولو بنسب ضئيلة( ٤,١ ٪)لا يعي حقيقة الأضرار البليغة للتدخين ، خاصة الأضرار

الصحية. فالتدخين يؤثر على القلب، و الكبد، والكلى، والرئتين، وكل أعضاء الجسم الأخرى وظهر من نتائج الدراسة ان ما يقرب من ٧٩٪ من المدخنين يشكون بشكل أو آخر من مشاكل صحية من جراء التدخين تمثلت بالتعب وضيق التنفس والسعال وفقدان الشهية. ويرى بعض الشباب أن هنالك مبالغة من جانب الذين يتحدثون عن الأضرار الصحية التي يسببها التدخين، ويرى نفسه قويًا وفتيا، ولا يعير الأمر أي نوع من الاهتمام .من الأسباب الأخرى: أن مادة النكوتين التي توجد في السيجارة هي مادة استشعارية ؛ بمعنى أنها تؤدي إلى نوع من الشعور بزيادة التركيز قليلاً واليقظة لدى الإنسان، وتزيد من انتباهه، خاصة في أيامها الأولى، ولذا تتحايل الكثير من شركات السجائر بأن تعلن أن هذا النوع من السجائر قليل النكوتين، ولكن حقيقة الأمر تضع تركيزا أعلى من النكوتين حتى يؤدي إلى تأثيره الكيميائي [10,9.8].

ان بعض الشباب المدخنين يحاول إقناع أنفسهم أو لإسكات المنتقدين لهم على التدخين بادعائهم المعانات والهموم وان السكائر تنفس بعضا من هذه الهموم وقد وأظهرت النتائج ان أكثر من ٨٣ ٪ من المدخنين يدّعون ذلك.ان قلة الوعي الديني، و الاجتماعي، والتساهل الأسري، والتساهل الاجتماعي، كلها بلا شك عوامل فعّالة جدًّا في انتشار التدخين وسط الشباب.

## الاستنتاجات: Conculosions

---

١-أظهرت الدراسه الحاليه أن نسبة المد خنين بين الطلبة الجا معين في مدينة الناصرية بلغ ١٩,٤٪

٢-من نتائج الدراسه ان مايقارب ٧٩ ٪ من ا لمدخنين يعانون بشكل أو بآخر من مشاكل صحية من جراء التدخيين .

٣- كذلك بينت الدراسة ان بعض الشباب ولو بنسب ضئيلة ( ٤,١٪)لايعي حقيقة الاضرار البليغة للتد خين .

## التوصيات Recommendation:

١- تكثيف النشاطات التوعوية واللقاءات العلمية التوضيحية والندوات المجتمعية حول ظاهرة التدخين وآثارهاالسلبية

٢. أهمية تفعيل العمل التطوعي في مجال محاربة ظاهرة التدخين.

٣. ضرورة تكامل الأدوار بين المؤسسات الرسمية والأهلية وبذل كل الطاقات والإمكانيات للحد من انتشار ظاهرة التدخين.

٤. تكثيف الجهود وممارسة الضغط على القيادة السياسية والتشريعية لتشريع قانون صارم يمنع التدخين في المؤسسات الحكومية سيما الجامعات والمستشفيات والأماكن المغلقة وسيارات النقل العام.

٥. أهمية دور الأسرة والمؤسسات التربوية في التوعية والحد من انتشار ظاهرة التدخين.

٦. العمل على إيجاد برامج ونشاطات لاستغلال أوقات الفراغ لتفريغ الطاقة الزائدة لدى الشباب وتوجيهها.

٧- حث الآباء المدخنين على الامتناع عن التدخين داخل البيوت و قرب الأطفال الصغار.

٨- تطبيق سياسات ضريبية تهدف لعدم التشجيع على التدخين، مثل زيادة الضرائب المفروضة على التبغ بشكل أسرع من نمو الأسعار والدخل.

٩- استخدام جزء من الأموال التي تم تحصيلها من ضرائب التبغ في تمويل التدابير الأخرى لمكافحة التبغ وتعزيزالصحة .

١٠-الوقاية من التعرض غير الإرادي لدخان المدخنين أو التعرض البيئي للدخان.

١١-القضاء على الحوافز الاقتصادية والاجتماعية والسلوكية وغيرها من الحوافز التي تُروّج للتدخين وتحافظ عليه.

## المصادر References:


1-http://www.lahaonline.com/index

2-http://www.islamweb.net.qa/ver2/Archive/readArt.php

3-Beck,G.J.;Maunder,L.R.and Schachta,H.A.(1984).Dust and smoking effects on lung functions.Am. J.Epidemiol.,119:33-43.

4-Diabi,R.M.(2007).Horizons of investing researches of the antagonism between miswak and tobacco. Pub. Heal.J.Malysia, L.5:1-20.

5-WHO(2005).http://www.emro.who.int/arabic/tfi/facts.htm#question1

6- http://www.paho.org/English/HPP/HPM/TOM/wntdfactsheet2.htm.

7-Al-Mohamed, H.I.; Amin, T.T.(2010). Pattern and prevalence of smoking among students at King Faisal University, Al Hassa, Saudi Arabia. East Mediterr Health J.,16(1):56-64.

8-Warren, C.W.; Lea, V.; Lee, J.; Jones, N.R., Asma, S. and McKenna, M. (2009).Change in tobacco use among 13-15 year olds between 1999 and 2008: findings from the Global Youth Tobacco Survey. Glob Health Promot 2009 , 16:38-80.

9- http://www.asyeh.com/asyeh_world.php?action=showpost&id

10- http://www.wpro.who.int/themes_focuses/theme2/special/tfi_epi