

آیا با خواندن این مطلب باز هم قلیان می کشید؟

یک سری باورهای نادرست و واقعیت درباره کشیدن قلیان وجود دارد که برای شما بیان می کنیم:

باور غلط ۱- از آنجا که تنباکوی قلیان از طریق آب فیلتر می شود، کلیه مواد مضر آن تصفیه می شود.

واقعیت ۱- کشیدن تنباکو از طریق آب، مواد سرطانزای آن را تصفیه نمی کند. این دود می تواند به اندازه دود سیگار اثر مخرب بر روی ریه و قلب داشته باشد.

باور غلط ۲- استنشاق دود قلیان ریه ها را نمی سوزاند، به همین دلیل مضر نیست.

واقعیت ۲- دود قلیان وقتی استنشاق می شود، ریه ها را نمی سوزاند، زیرا از طریق آبی که در پایین آن قرار دارد خنک می شود. با اینکه دود خنک می شود، اما هنوز هم حاوی مواد سرطانزایی است که برای بدن مضر است.

باور غلط ۳- کشیدن قلیان سالم تر از کشیدن سیگار است.

واقعیت ۳- دود قلیان از دود سیگار مضرتر است. قلیان به طریقی متفاوت دود تولید می کند: دود سیگار از سوختن تنباکو ایجاد می شود، در حالی که دود قلیان از طریق گرم شدن تنباکویی که در کاسه ای بالای آن قرار دارد از طریق زغال تولید می شود. محصول نهایی آن یعنی دود، یکسان است که حاوی مواد سرطانزا است.

باور غلط ۴- کشیدن قلیان به اندازه کشیدن سیگار اعتیادآور نیست، زیرا نیکوتین ندارد.

واقعیت ۴- تنباکوی قلیان هم مثل تنباکوهای معمولی حاوی نیکوتین است. در واقع، در یک جلسه ۶۰ دقیقه ای قلیان، فرد در معرض حجم دودی ۱۰۰ تا ۲۰۰ مرتبه بیشتر از یک سیگار قرار می گیرد.

باور غلط ۵- تنباکوی گیاهی قلیان سالم تر از تنباکوی معمولی است.

واقعیت ۵- این هم مثل کشیدن سیگار گیاهی یا «طبیعی»، فرد را در معرض مواد سرطانزا قرار می دهد.

تأثیرات مضر قلیان بر سلامت انسان

مصرف قلیان آشکارا نشان داده است که تأثیرات مضر بر دو عضو حیاتی بدن به نام ریه ها و قلب دارد. سرطان ریه، سرطان مری، بیماری انسدادی ریوی مزمن، آمفیزم، پایین بودن وزن هنگام تولد نوزاد، افزایش حملات آسم و ذات الریه برخی از خطرات مربوط به کشیدن قلیان هستند.

میزان و عمق دم در حرکت دادن آب قلیان بسیار مهم است و قلیان با وجود اینکه کمتر مصرف می شود، اما حجم دودی که از طریق آن وارد بدن می شود، ۱۰ تا ۲۰ برابر دود ناشی از مصرف سیگار است. سایر خطراتی که در کشیدن سیگار مشاهده نمی شود، ولی در کشیدن قلیان وجود دارد، بیماری های عفونی مثل هیپاتیت ب (در اثر استفاده مشترک از شیلنگ قلیان) و افزودن الکل یا داروهای روان گردان به تنباکوی قلیان است.

تحقیقات همچنین نشان داده است که پس از ۴۵ دقیقه استفاده از دود قلیان، مونوکسید کربن، نیکوتین پلاسما و ضربان قلب به شدت بالا می رود. استفاده از قلیان در کنار سرطان ریه احتمال ابتلا به سرطان دهان و مثانه و سل ریوی را افزایش می دهد.

کودکان در مقابل تأثیرات مضر قلیان آسیب پذیر

هستند. اگر در محلی باشند که در آن قلیان کشیده می شود، احتمال ایجاد عفونت های ریوی، آسم و سندرم مرگ ناگهانی کودک در آنها افزایش می یابد.

متأسفانه به اکثر تنباکوهایی که در سال های اخیر به بازار آمده اسانس هایی اضافه می شود که این اسانسها علاوه بر تحریک دستگاه تنفس موجب حساسیت و آلرژی می گردد، بنابراین علاوه بر بیماری های ذکر شده، آبریزش بینی به صورت حساسیت و سرفه های مزمن همراه با خلط را برای فرد به همراه دارد.

این تصور، تصویری کاملاً غلط است که اگر دود قلیان وارد ریه نشود و فقط از راه دهان خارج شود، آسیبی به ریه ها نمی رساند، چون دود از طریق مخاط دهان و حنجره جذب بدن گشته و آثار سوء خود را می گذارد.

حتی در هوایی که دود قلیان آزاد می شود، افرادی که قلیان نمی کشند و در معرض دود قرار گرفته اند، در طولانی مدت دچار عوارض آن خواهند شد.





بنیاد قلب فارس بیمارستان کوثر

آیا با خواندن این مطلب باز هم قلیان می کشید؟



تهیه و تنظیم : طیبه ادیب
با همکاری واحد آموزش پرستاری بیمارستان کوثر
شماره سند: PF- PRD- 8300
تاریخ بازنگری : ۹۶/۷/۱
تایید کننده : دکتر سهیلا سالاری
متخصص بیماری های داخلی

منبع : اینترنت - سایت آموزش سلامت مددجو

آدرس : شیراز - خیابان قصردشت - بعد از پل زیر گذر - بنیاد قلب فارس - بیمارستان کوثر
بیمارستان کوثر : صندوق پستی : ۶۹۷ - ۷۱۹۵۵
تلفن : ۶۲۳۱۵۱۵ - ۰۷۱۳ - ۰۷۱۳ - ۶۲۵۰۵۰۰ - ۰۷۱۳
www.kowsar-hospital.ir

۴- پوکی استخوان

۵- یائسگی زودرس

۶- کاهش وزن

۷- تخریب هورمون های جنسی

۸- تشدید برگشت اسید معده به مری و ایجاد زخم های گوارشی و در نهایت ایجاد سرطان های دستگاه گوارش به بیماریانی که از سوء هاضمه رنج می برند توصیه اکید می شود، حتما برای افزایش تاثیر درمان و کاهش عود بیماری، به طور جدی مصرف مواد دخانیاتی را ترک کنند.



با آرزوی سلامتی و تندرستی برای شما

اگر فویل آلومینیومی که در قلیان استفاده می شود کیفیت خوبی نداشته باشد، با زغال در حال سوختن واکنش داده و موادسرطان زایی تولید می کند که موجب سرطان می شود.

افرادی که قلیان می کشند باید از این واقعیت مطلع باشند که دود قلیان چون از آب رد می شود و مرطوب است مدت زمان بیشتری در ریه ها می ماند. برخی میکروبها، عمدتاً باکتری هایی که موجب سل می شوند، در لوله قلیان وجود دارند.



عوارض قلیان

- ۱- کاهش تولید اسپرم در مردان
- ۲- کاهش قدرت باروری در زنان
- ۳- اختلال در رشد اندام ها و عقب ماندگی جنین در زنان حامله