

التدخين، آثاره وأهميته مكافئته

يعتبر التدخين ثاني سبب للوفيات في العالم حيث أودى التبغ بحياة 5.4 مليون شخص سنة 2005 أي بمعدل حالة وفاة كل 6 ثوان، ومن المتوقع أن يبلغ عدد ضحايا التبغ مليار شخص في القرن الحالي بعد أن بلغ 100 مليون شخص في القرن العشرين.

ولا تستثني خطورة التبغ الأشخاص غير المدخنين العاملين بالمطاعم والمقاهي وفضاءات الترفيه. فإمكانية إصابتهم بالأمراض واردة جدا عن طريق التدخين السلبي الذي يتسبب في وفاة 200000 عاملا سنويا.

ويعد التدخين أحد أهم أسباب الإصابة بأمراض القلب والشرايين والأمراض الصدرية وسرطانات الحنجرة والجلد واللسان والثدي والمثانة وعنق الرحم.

وأكدت إحصائيات منظمة الصحة العالمية أن نسبة التدخين لدى الرجال الكهول بلغت 47.5 % مقابل 10.3 % لدى النساء ومن المنتظر أن يبلغ عدد الوفيات في صفوف الرجال والنساء 8 ملايين حالة بحلول 2030.

إحصائيات مخيفة ونسب مرتفعة ساهمت فيها 40 % من بلدان العالم التي تسمح بالتدخين داخل المستشفيات والمدارس لتبلغ نسبة المدخنين في جميع أنحاء العالم 29 % علما وأن 80 % من مجموع المدخنين يعيشون في البلدان النامية أو البلدان التي يمر الاقتصاد فيها بمرحلة انتقالية.

أمّا في تونس، فإنّ نسبة المدخنين البالغين من العمر بين 13 و 15 سنة قدرت حسب إحصائيات 2001 بـ 28.7 % لدى الذكور و 7.2 % لدى الإناث. وبلغت نسبة المدخنين عموماً 50 % لدى الرجال و 10 % لدى النساء حسب دراسة المعهد الوطني للصحة العمومية سنة 2005.

وتعود نسبة كبيرة من الوفيات لدى البالغين من العمر بين 35 و 69 سنة إلى التدخين حيث يتسبب سنوياً في وفاة أكثر من 6000 رجل و 850 امرأة حسب دراسة أسباب الوفيات للمعهد الوطني للصحة العمومية لسنة 2005.

وللتصدي لهذه الآفة أوصت منظمة الصحة العالمية بالترفيغ في الضرائب المفروضة على التبغ والزيادة في أسعاره وهذا ما ساهم في تجنب وقوع ربع الوفيات المرتبطة بالتبغ في العالم سنة 2005. كما دعت المنظمة إلى مساعدة المدخنين على الإقلاع عن تعاطي التبغ من خلال مساهمة عيادات المساعدة عن الإقلاع عن التدخين وحظر التدخين بأماكن العمل ومزيد توعية المدخنين بوضع التحذيرات المكتوبة أو المصورة على 30 % على الأقل من مساحة الوجه الرئيسي لعلبة التبغ.

وفي السياق ذاته، نصت الاتفاقية الإطارية لمنظمة الصحة العالمية على منع الإعلان عن التبغ والترويج له في وسائل الإعلام والأماكن العمومية. وأشارت المنظمة أنّ تهوئة الفضاءات ومحاولة تنقية الهواء لا يقلصان من مضار التعرض إلى الدخان.

وانتهجت تونس بدفع كريم من سيادة الرئيس زين العابدين بن علي سياسة صحية رشيدة حيث سنت قوانين ووضعت آليات وبرامج توعوية موجهة لمختلف شرائح المجتمع بهدف ترسيخ سلوك وقائي وساهمت في ذلك هياكل كثيرة منها وزارة الصحة العمومية والوزارات المعنية الأخرى وجمعيات غير حكومية.

كما تركز استراتيجية وزارة الصحة العمومية في توعية المواطن بمضار التدخين والتدخين السلبي على وسائل الاتصال ووسائل الإعلام المسموعة والمرئية والمكتوبة وذلك من خلال بث ومضات إذاعية وتلفزيونية في الغرض وتقديم ملفات تلفزيونية بحضور مختصين

وإصدار مقالات صحفية وإنتاج معلقات ومطويات ووضع لافتات بالأماكن العمومية والمدارس والملاعب، فضلا عن بعث عيادات مختصة للإقلاع عن التدخين وتوفير المعوض النيكوتيني، وتكوين الأطباء المختصين في الأمراض الصدرية للعناية بالمدخن طبيًا ونفسيًا.

عيادات تساعدك حتى تقلع عن التدخين :

من سنة 2000 إلى سنة 2007 بلغ عدد العيادات المساعدة على الإقلاع عن التدخين 17 عيادة بالمستشفيات والمؤسسات التالية :

- مستشفى شارل نيكول بتونس (قسم الأمراض الصدرية)
- معهد صالح عزيز بتونس
- مستشفى خير الدين بتونس (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى الرابطة بتونس (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى المنجي سليم بالمرسى (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى عبد الرحمان مامي بأريانة (عديد الأقسام)
- مستشفى منزل بورقيبة ببنزرت (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى قرمبالية بنابل (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى فرحات حشاد بسوسة (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى مساكن بسوسة (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى فطومة بورقيبة بالمنستير (قسم الطبّ الوقائي)
- مستشفى الهادي شاكر صفاقس (قسم الأمراض الصدرية)
- مستشفى قابس (قسم الأمراض الصدرية)
- مركز الهلال الأحمر التونسي
- بعض مراكز الصحة الأساسية
- الشركة التونسية للكهرباء والغاز
- المركز الطبي للديوانة بتونس

وتزامنا مع اليوم العالمي للامتناع عن التدخين الموافق لـ31 ماي من كل سنة تنظم وزارة الصحة العمومية تظاهرة توعوية تحسيسية تركز على برنامج إعلامي متكامل وتولي أهمية للدور الإيجابي الذي تقوم به كل من نوادي الصحة المدرسية وخلايا الإصغاء والإرشاد وعيادات المراهقين في مثل هذه التظاهرة وغيرها من أيام السنة، وذلك التزاما منها بالعمل على مزيد تعزيز الوقاية الرامية إلى حماية المواطن من الآفات المضرة وانسجاما مع تعهداتها في المساهمة في دعم المجهودات المبذولة على المستوى العالمي في هذا المجال.