

التدخين السلبي (Passive Smoking)

تتصل: تُستخدم ورقة المعلومات هذه لأغراض التوعية فقط. الرجاء إستشارة طبيبك أو العاملين بالصحة المتخصصين للتأكد من أن هذه المعلومات مناسبة لطفلك.

ما هو التدخين السلبي؟ (What is passive smoking?)

التدخين السلبي هو تنفس الدخان المتصاعد من سجائر أو سيجار أو بايب المدخنين الآخرين. ويُسمى الدخان الذي يُنفسه المدخن بالدخان العادي ويسمى الدخان المتصاعد من الناحية المشتعلة من السيجارة الدخان الجانبي. ودخان التبغ البيئي هو خليط من الدخانين.

يحتوي دخان التبغ على حوالي 4000 مادة كيميائية ، من بينها 60 مادة معروفة أو يشتبه في كونها مواد مُسرطنة (مواد مسببة للسرطان). ولدى الدخان الجانبي خاصية البقاء في الغرفة لفترة أطول ويحتوي على نسبة عالية من المكونات المُسرطنة إذا ما قورن بالدخان الجانبي الذي يُنفسه المدخن. ويُشكل الدخان البيئي خطراً على الصحة حيث أن الأسترال يمضون جزءاً كبيراً من يومهم داخل الأماكن المغلقة. ويكون الأطفال بصفة خاصة أكثر عرضة لمخاطر التدخين السلبي.

ما هو الخطر الذي يهدد الأجنة ؟ (What is the health risk for unborn babies?)

تُشير الإحصائات في أستراليا إلى أن 20 في المئة من السيدات يُدخن أثناء الحمل ولكن هذه النسبة حالياً في إنخفاض. عندما تتعرض سيدة حامل لدخان التبغ، تمر المواد الضارة التي تم إمتصاصها عبر مجرى الدم إلى المشيمة وتؤثر على الجنين. إن التعرض لدخان التبغ أثناء فترة الحمل من الممكن أن يزيد من أخطار حدوث الإجهاض وولادة طفل ميت وحوادث مضاعفات أخرى أثناء الولادة والوفاة المفاجئة للأطفال. هذا بالإضافة إلى أن تعرض الأجنة لدخان التبغ قد يتسبب في ولادتهم مبشرين أو يُنقص من وزنهم عند الولادة.

ما هي المخاطر الصحية التي يتعرض لها الأطفال ؟ (What is the health risk for children?)

يتعرض أكثر من 40 في المائة من الأطفال لدخان التبغ البيئي في بيوتهم. ويكون هؤلاء الأطفال أكثر عرضة للإصابة بأمراض الجهاز التنفسي المتنوعة مثل الخناق والتهاب الشعبوي والتهاب الشعبويات والالتهاب الرئوي إذا ما قارناهم بالأطفال الذين يعيشون في بيئة خالية من الدخان. ويزيد إحتمال التعرض لتلك المخاطر بنسبة 60 في المئة لدي الأطفال الذين تعرضوا لدخان التبغ في الأشهر الثامنة عشر الأولى من عمرهم. يكون الأطفال الذين تعرضوا للدخان البيئي أكثر عرضة للإصابة بالسعال ونزلات البرد والتهاب الأذن الوسطى. كما يزيد لديهم إحتمال الإصابة بالربو والإصابة بنوبات الربو بصورة مستمرة.

وتزيد الإصابة بكل من الربو وأمراض الجهاز التنفسي الأخرى (الأزيز التنفسي وضيق النفس والبلغم) عند الأطفال الذين يدخن أهلهم. وتتضاعف إحتمال إصابة الأطفال الذين يُدخن أهلهم بأعراض الربو قبل أن يبلغوا الخامسة من العمر. كما أن دخان التبغ يُسبب نوبات الربو عند الأطفال ويزيد من حدة النوبة.

إن دخان التبغ هو من أحد العوامل البيئية المتعددة التي تساهم في الإصابة بالربو ولكنه عامل من الممكن تجنبه.

ماهي المصادر الرئيسية للدخان البيئي الذي يتعرض له الأطفال؟

(What are the main sources of ETS for children?)

يُعتبر الآباء والأمهات وأفراد العائلة والأصدقاء الذين يُدخنون في أماكن مغلقة مثل السيارات والبيوت المصدر الرئيسي للدخان البيئي الذي يتعرض له الأطفال. وتزيد المخاطر مع زيادة عدد المدخنين من الأهل أو من الذين يعيشون في البيت. وتجرى حالياً مبادرة مشتركة بين صحة ولاية نيو ساوث ويلز و مجلس مكافحة السرطان والمؤسسة القومية للقلب ومؤسسة مكافحة الربو ومؤسسة مكافحة الموت الفجائي للأطفال لجعل السيارة والبيت أماكن خالية من الدخان.

ما الذي يمكنك عمله لحماية طفلك؟

(What you can do to protect your child?)

إن الإقلاع عن التدخين هو الهدف النهائي لأهل الأطفال الصغار ولمن يقوم برعايتهم. ولكن هناك سُبل أخرى للتقليل من الأضرار مثل عدم التدخين في السيارة أو البيت أو في أي مكان مغلق يمضي فيه الأطفال أوقاتهم. عند زيارة الأصدقاء أو عند ترك الأطفال في رعاية الآخرين يجب التأكد من خلو المكان من الدخان.

كما أنه من المفيد إستشارة الخبراء في كيفية الإقلاع عن التدخين (إستشاريين خط الإقلاع عن التدخين أو الأطباء أو الصيادلة). وهذا مهم بصفة خاصة للنساء الحوامل أو الآتي تخططن للحمل ويحتجن إلى معرفة الإختيارات الآمنة المتاحة لهن.

وبما أن الأطفال الذين تُدخن عائلاتهم يكونوا أكثر عرضة للشروع في التدخين فإن الأهل الذين يقلعون عن التدخين يوفرّون قدوة حسنة لأطفالهم.

تذكر الآتي

(Remember)

- إن التعرض لدخان التبغ البيئي أثناء فترة الحمل يزيد من أخطار حدوث الإجهاض وولادة طفل ميت وحوادث مضاعفات أخرى أثناء الولادة والوفاة المفاجئة للأطفال.
- إن دخان التبغ يزيد من احتمال ميلاد طفل مبتسر وميلاد طفل ناقص الوزن.
- إن تعرض الأجنة والأطفال الصغار لدخان التبغ يزيد من احتمال إصابتهم بأمراض الجهاز التنفسي المتنوعة مثل الخناق والتهاب الشعبوي والتهاب الشعبيات والإلتهاب الرئوي ويجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالسعال ونزلات البرد والتهابات الأذن الوسطى.
- أن دخان التبغ من المسببات الشائعة لنوبات الربو عند الأطفال ويزيد من حدة النوبة.
- يجب ألا يُدخن الفرد أمام الأطفال وخاصة في الأماكن المغلقة مثل السيارات والبيوت ويجب أن نطلب من الآخرين ألا يفعلوا ذلك أيضاً.
- يقدم خط إستشارات الإقلاع عن التدخين على رقم 131848 والطبيب والصيدلي المساندة لراغبي الإقلاع عن التدخين.
- من حق كل طفل أن ينمو في 'بيئة خالية من الدخان' .

مستشفى الأطفال في وستميد

ناصية شار عى هوكسبري وهينزورث

The Children's Hospital Westmead

Cnr Hawkesbury Rd & Hainsworth St, Westmead

Locked Bag 4001, Westmead, 2145

Tel: (02) 98453585- Fax: (02) 98453562

صحة الطفل

مستشفى الأطفال في وستميد

وحدة التوعية الصحية الخاصة بالطفل

Kids health

The children's hospital at Westmead

Child Health Promotion Unit

عنوان البريد الإلكتروني: <http://www.chw.edu.au/>

حقوق الطبع مستشفى الأطفال في وستميد 1997-2005

تم تعديل هذه الورقة يوم الخميس 11 مارس 2004 .

(This document was updated on Thursday, 11 March 2004.)