

**قلب‌هایی که نارسا می‌شوند**

محققان ۱۷۵۰۰۰ بزرگسال را در ایالات متحده ردیابی کردند و متوجه شدند کسانی که از سیگارهای الکترونیکی استفاده می‌کردند ۱۹ درصد بیشتر در معرض ابتلا به نارسایی قلبی بودند. کارشناسان می‌گویند با توجه به تعداد زیاد جوانانی که به صورت الکترونیکی سیگار می‌کشند، این موضوع بسیار نگران‌کننده است.



**اختلال در خواب**

حتی مصرف نامنظم سیگار الکترونیکی هم می‌تواند باعث برهم خوردن نظم خواب شود. محققان دانشگاه ایالتی اوکلاهما اعلام کردند، بررسی ۱۶۶۴ دانشجویی که ۴۱ درصد از آنها سیگار الکترونیکی می‌کشیدند، نشان داد که مصرف کنندگان سیگارهای الکترونیکی نسبت به مصرف کنندگان سیگارهای معمولی داروهای خواب بیشتری استفاده می‌کنند.



۷۶

**با مسئول**

## نسل جدید محصولات دخانی اعتیادآور است



**بهزاد ولی‌زاده**  
رئیس دبیرخانه ستاد کشوری  
کنترل دخانیات وزارت بهداشت

یکی از ترندهای صنایع دخانی معرفی محصولات دخانی جدید از جمله سیگار و قلیان الکترونیکی، ویپ و محصولات گرم‌کننده سیگار بدون دود، به‌عنوان محصولات بی‌خطر است. جوانانی که با گمراهی و ترندهای صنایع دخانی برای نخستین بار مواد دخانی را تجربه می‌کنند، به‌راحتی وابسته به نیکوتین شده و به یک مصرف‌کننده دائمی مواد دخانی تبدیل می‌شوند. یکی از مهم‌ترین راهکارهای حفاظت جوانان از آسیب‌ها و صدمات ناشی از مصرف دخانیات «ممنوعیت کامل تبلیغات» است؛ چون صنایع دخانی از طرق مختلف از جمله تولید محصولات جدید با طعم‌های متفاوت و متنوع و تبلیغات گسترده در سربال‌ها باعث فریب جوانان و نوجوانان می‌شوند. مدت‌هاست که بازار فروش محصولات دخانی، جوانان و نوجوانان را به دام انداخته و نیمی از مصرف‌کنندگان این محصولات در نهایت به کام مرگ می‌روند. آنها هر ساله، ده‌ها میلیارد دلار در سراسر دنیا برای تبلیغ و بازار فروش محصولات مرگبارشان هزینه می‌کنند و فعالیت‌ها و اقدامات بازاربایی آنها با هدف جذب جوانان و مصرف‌کنندگان جدید است. شرکت‌های تولیدکننده محصولات جدید دخانی ترندهای متفاوتی دارند؛ از جمله استفاده از طعم‌دهنده‌های جذاب و اسانس‌های خاص که عاملی برای ترغیب جوانان به شروع مصرف این محصولات است. ترند دیگرشان هم تبلیغ محصولات جایگزین به‌عنوان کم‌خطر، کم‌آسیب یا تمیزتر به جای سیگارهای معمولی است؛ این در حالی است که به‌دلیل وجود گلیسیرین در محلول سیگار الکترونیکی و آسیب به کیسه‌های هوایی ریه، خطر ابتلا به سرطان ریه افزایش می‌یابد. مردم به‌ویژه جوان‌ها باید بدانند که هیچ نوع تنباکوی بدون دودی جایگزین ایمنی برای سیگار نیست و استفاده از محصولات دخانی نوپدید نظیر سیگار و قلیان الکترونیکی، ویپ و محصولات سرگرم‌کننده سیگار بدون دود خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی و ربوی را افزایش می‌دهد. همچنین موجب سرطان‌های دهان، زبان، لثه، مری و لوزالمعده خواهد شد.

# سیگارهای الکترونیکی در کانون مطالعه

مطالعات متعددی در کشورهای مختلف برای بررسی عوارض جانبی و اثرات سلامتی سیگارهای الکترونیکی انجام شده است. در آمریکا، انگلستان، کره جنوبی و ژاپن یا حتی کانادا و استرالیا اینطور نشان می‌دهند که سیگارهای الکترونیکی در حال حاضر کمتر از سیگارهای سنتی مضر هستند، اما اثرات طولانی‌مدت آنها هنوز ناشناخته است. آنها اعلام کرده‌اند مصرف سیگارهای الکترونیکی می‌تواند عوارضی برای سلامت تنفسی و قلبی-عروقی به همراه داشته باشد و نگرانی‌هایی هم در مورد تأثیر این محصولات بر جوانان و افراد غیرسیگاری وجود دارد. بخشی از نتایج به‌دست آمده این مطالعات را در ادامه بخوانید.



### استرالیا

**نام مقاله: سیگارهای الکترونیکی پیامدهای سلامت**

منتشر شده در مجله پزشکی استرالیا  
نتایج بررسی سیستماتیک مطالعات مختلف در مورد پیامدهای سلامتی استفاده از سیگار الکترونیکی نشان داد که این محصولات احتمالاً کمتر از سیگار مضر هستند، اما بدون خطر هم نیستند. عوارضی هم از جمله مشکلات تنفسی و قلبی-عروقی، اعتیاد بالقوه به نیکوتین و اثرات ناشناخته درازمدت سلامتی با مصرف سیگارهای الکترونیکی مطرح شد.



### ایالات متحده آمریکا

**نام مقاله: بیماری ربوی مرتبط با استفاده از سیگار الکترونیکی در نوجوانان و جوانان**

منتشر شده در مجله پزشکی نیوانگلند  
این مطالعه بخشی از تحقیقات گسترده‌تر در مورد شیوع آسیب ربوی مرتبط با استفاده از سیگار الکترونیکی یا آبکاس در ایالات متحده بود که نشان می‌داد مصرف کنندگان این محصولات دچار بیماری‌های تنفسی شدید شده بودند. پژوهشگران اعلام کردند که این افراد علائمی از جمله تنگی نفس، درد قفسه سینه و حتی مرگ در موارد شدید داشته‌اند.



### کانادا

**نام مقاله: اثرات قلبی-عروقی نیکوتین و سیگارهای الکترونیکی**

منتشر شده در Addiction  
این مطالعه اثرات قلبی-عروقی سیگارهای الکترونیکی را بررسی و عنوان کرد در حالی که این سیگارها سطوح پایین‌تری از مواد شیمیایی مضر را در مقایسه با سیگارهای سنتی دارند، اما همچنان باعث آسیب به سلامت قلب و عروق از جمله افزایش ضربان قلب و فشارخون می‌شوند. این مطالعه البته تأکید کرده که باید تحقیقات بیشتر در مورد پیامدهای طولانی‌مدت قلبی-عروقی با مصرف سیگارهای الکترونیکی انجام شود.



### ژاپن

**نام مقاله: تحلیل شیمیایی و ارزیابی خطر آئروسول سیگار الکترونیکی**

منتشر شده در مجله بین‌المللی تحقیقات محیطی و بهداشت عمومی  
این مطالعه ترکیب شیمیایی آئروسول‌های سیگار الکترونیکی را در ژاپن تجزیه و تحلیل کرد و نشان داد که برخی از مواد شیمیایی مضر، از جمله فرمالدهید و آکروالین نسبت به سیگارهای سنتی سطوح پایین‌تری دارند، اما سلامتی مصرف‌کنندگان را تهدید می‌کنند. این تحقیق بر نیاز به مقررات سختگیرانه و آگاهی مصرف‌کننده تأکید کرد.

**سیگارهای الکترونیکی در حال حاضر کمتر از سیگارهای سنتی مضر اعلام می‌شوند، اما نگرانی‌های جدی‌ای درباره آینده مصرف‌کنندگان مطرح است**



### ایتالیا

**نام مقاله: اثرات ربوی حاد و مزمن سیگار الکترونیکی**

منتشر شده در مجله تنفسی اروپا  
این مطالعه روی اثرات حاد و مزمن سیگارهای الکترونیکی بر سلامت ریه در ایتالیا انجام شد و نشان داد که استفاده کوتاه‌مدت هم می‌تواند منجر به افزایش مقاومت راه هوایی و استرس اکسیداتیو (منجر به آسیب بافتی) شود. این تحقیق البته به نیاز به مطالعات بیشتر و طولانی‌تر برای درک بهتر اثرات مزمن استفاده از سیگار الکترونیکی اشاره کرده است.



### کره جنوبی

**نام مقاله: تأثیر استفاده از سیگار الکترونیکی بر سلامت تنفسی**

منتشر شده در BMC Public Health  
این مطالعه داده‌های بزرگسالان کره جنوبی را برای بررسی اثرات تنفسی استفاده از سیگار الکترونیکی تجزیه و تحلیل کرد. نتیجه این بررسی نشان داد که بین استفاده از سیگار الکترونیکی و افزایش میزان آسم و برونشیت مزمن، به‌ویژه در میان مصرف‌کنندگان دوگانه (کسانی که هم سیگار سنتی و هم سیگار الکترونیکی می‌کشند) ارتباط وجود دارد.



### انگلستان

**نام مقاله: اثرات کوتاه‌مدت و بلندمدت بخار ربوی**

منتشر شده در نشریه توراکس، ۲۰۲۰  
این مطالعه در بریتانیا درباره تأثیر کوتاه‌مدت سیگارهای الکترونیکی بر عملکرد ریه‌ها انجام شد و نشان داد که منجر به التهاب در ریه و راه‌های هوایی شده است. پژوهشگران این مطالعه نگرانی‌هایی را درباره اثرات طولانی‌مدت آن، به‌ویژه در میان افراد جوان و سالمی که قبلاً سیگار نکشیده بودند، مطرح کردند.