



وزارت بهداشت و آموزش پزشکی
مضرات بدشستی درانی تبریز

بیمارستان برکت امام خمینی (ره) میانه

قلیان و مضرات آن

تهیه و تنظیم: پروانه نوروزی

کارشناس پرستاری

منبع: دستورالعمل های وزارت بهداشت

سال تهیه ۱۳۹۷

سال بازنگری ۱۳۹۹

Barekat-Nc/c-Pam

واحد آموزش سلامت

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: کشیدن تنباکو از طریق آب، مواد سرطان زای آن را تصفیه نمی کند. این دود می تواند به اندازه 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: 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 سرطان زایی است که برای بدن مضر است.



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

واقعیت: به اندازه دود سیگار مضر است. قلیان به طریقی متفاوت دود تولید می کند، دود سیگار از سوختن توتون ایجاد می شود. در حالی که دود قلیان از طریق گرم شدن تنباکویی که در کاسه ی بالای آن قرار دارد و از طریق زغال تولید می شود. محصول نهایی آن یعنی دود، یکسان است و حاوی مواد سرطان زا است.

باور غلط ۴: کشیدن قلیان به اندازه کشیدن سیگار اعتبارآور نیست، زیرا نیکوتین ندارد.

واقعیت: تنباکوی قلیان هم مثل تنباکوی 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: این هم مثل کشیدن سیگار گیاهی یا طبیعی فرد را در معرض مواد سرطان زا قرار می دهد.

تأثیرات مضر قلیان بر سلامتی

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

تشدید برگشت اسید معده به مری و ایجاد زخم های گوارشی و در نهایت ایجاد سرطان های دستگاه گوارشی به بیماری 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.

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 سو 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.

اگر فویل آلومینیومی که در قلیان استفاده می شود کیفیت خوبی نداشته باشد، با زغال در حال سوختن واکنش داده و مواد سرطان 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 میکروب ها، عمدتاً باکتری هایی که موجب سل می شوند، در لوله قلیان وجود دارد.

عوارض مصرف قلیان

کاهش تولید اسپرم در مردان

کاهش قدرت باروری در زنان

پوکی استخوان

یائسگی زودرس

کاهش وزن

تخریب هورمون های جنسی

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 سیگار است.

سایر خطراتی که در کشیدن سیگار مشاهده نمی شود، ولی در کشیدن قلیان وجود دارد. بیماری های عفونی مثل هپاتیت 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 متانه 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 اسانس ها علاوه بر تحریک دستگاه تنفس موجب حساسیت و آلرژی می گردد. بنابراین علاوه بر بیماری های ذکر شده، آبرزش بینی به صورت حساسیت و سرفه های مزمن همراه با خلط را برای فرد به همراه دارد.

