

دودی که به چشم همه می رود



گزارش
روز

مصرف دخانیات هرچند به ظاهر کلیت روشنی دارد، هاله‌ای رازآمیز و مبهم، اطراف جزئیات آن کشیده شده است؛ هاله‌ای که باعث می‌شود شاید جریان آن طور که باید خطرناک به نظر نرسد، اما آمارهای رسمی از حقیقت خطرناک آن پرده برمی‌دارد؛ مرگ ۵۰ هزار ایرانی به دلیل مصرف سیگار، آخرین داده آماری است که معاون بهداشت، درمان و آموزش پزشکی اعلام کرده است. این داده را بگذارد کنار ارقام و اعدادی مثل افزایش مصرف دخانیات که طبق آخرین پژوهش‌های انجام شده، در بین زنان ۱۱ درصد و در بین مردان حدود ۴ درصد ثبت شده است. به این‌ها اضافه کنید مصرف قلیان را که با افزایش ۵۴ درصدی همراه بوده است. ضرورت جدی گرفتن افزایش مصرف دخانیات در خراسان رضوی را وقتی بیشتر در می‌کنیم که بدانیم این استان، رتبه دوم را در میزان مصرف دخانیات دارد و ما حاصل آن، هزینه گزاف مادی است که نشان می‌دهد هر سیگاری در سال ۳۲ میلیون تومان و ماهیانه، ۲ میلیون و ۷۰۰ هزار تومان را دود می‌کند. فرشی‌دوفا، مدیر سلامت محیط و کار معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد، در حالی از افزایش ۱۳ درصدی مصرف دخانیات در گروه سنی سیزده تا پانزده ساله خبر می‌دهد که این افزایش در میان نوجوانان دختر، ۱۳۳ درصد ثبت شده است. نکته مهم اینکه مصرف دخانیات بین دختران نوجوان، نگران کننده‌تر است؛ چرا که در امر باروری و فرزندآوری آن‌ها دخیل است. روز جهانی بدون دخانیات، بهانه‌ای برای پرداختن به این موضوع پرتکرار و البته پراز حساسیت است.

فراموشی بین حلقه‌های دود

هر بار که به اختلافی می‌خوردند و رابطه‌شان را به هم می‌زدند، برمی‌گشت، اما این بار برای همیشه رفته بود. اول و آخر آن چشم‌هایی که هزار بار برایش گریه کرده بود، هیچ امیدی نبود؛ نه امیدی برای آمدنش نه رفتی برای ادامه دادن زندگی. اولین نخ را که شعله فندک سوزاند، بغضش هم ترکید. عوضش میان حلقه‌های بلند شده دود، آرام شده بود؛ شبیه همان وقتی که بابا فوت کرده بود. حواسش نبود و دقیق خاطرش نیست این حرف را از چه کسی شنیده بود اما از بین رفتایش، یکی می‌گفت یک پک که بزنی، غمت دود می‌شود. انگار راست می‌گفت. با هر بار یک زدن، غمش هم می‌رفت هوا و سبکش می‌کرد. حالا همین یک زدن، بهترین انتخاب برای فرار از زنجیدن از کسی بود که با تمام وجود دوستش داشت. سیگار را با سیگار، خاموش می‌کرد تا غم نبودنش ته نشین شود. البته علت‌های گرایش بین افراد، متفاوت است؛ کنجکاوی، دلیل مصرف سیگار و دخانیات ازسوی برخی نوجوانان است اما همیشه نتیجه خوشی ندارد. سرگذشت برخی نوجوانان را این حس، تباه کرده است. یکی دوماه دیگر دارد تا ۲۰ سال را تمام کند. می‌گوید: عاشق این کار بودم که سیگار را لای انگشتانم بگیرم و بکیرم و بکیرم روی سطح قهوه‌ای آن و دودش را از دهان بدم بیرون. چهارده ساله بودم که اولین نخ را از دست دوستم گرفتم؛ چند نفری کنارم نشسته بودیم و تعارف کرد و قبول کردم. اولین پک را که زدم، حس خنکی مطبوعی داشت و به دلم نشست. چه کیفی داشت بزرگ شدن میان حلقه‌های دود! آن قدر که دیگر نتوانستم دل از آن بکنم.

ترک کردن، راحت نیست

کارشناسان معتقدند کسانی که می‌خواهند فردی را اغفال کنند، معمولاً قبل از انجام آن سعی می‌کنند موضوع را قبح شکنی کنند. در مورد مواد مخدر چون نتیجه آن روشن است، معمولاً اغفالگران کمتر به نتیجه می‌رسند. به عبارتی به خاطر هشدارهای مکرر، یک حس مقاومت در ذهن بسیاری از ما در برابر مواد شکل گرفته است. اما جدی نگرفتن این موضوع و نپرداختن شفاف به مقوله مصرف در حوزه دخانیات، باعث شده است خیلی‌ها فکر کنند مصرف مواد دخانی، یک جریان عادی و پیش پا افتاده است که هر وقت اراده کنند و بخواهند، می‌توانند آن را کنار بگذارند. این عبارت، وجه مشترک گفته‌های کارشناسان روان‌شناسی و فعالان حوزه مواد مخدر است؛ «علت اینکه خیلی از افراد سیگاری شده‌اند، شاید به این برگردد که فکر می‌کنند ترک کردن آن راحت است.» البته تغییر رویکرد فرهنگی، باعث شده است حالات تعدادی از زنان نیز به سمت دخانیات کشیده شوند. در یک دهه اخیر آنچه در جامعه شاهدیم، این است که زنان، دیگر در خفا و اماکن سرپسته سیگار نمی‌کشند؛ زنان دخترانی که شاید در خفاي خود سیگار استعمال می‌کردند تا مبادا مورد قضاوت قرار بگیرند، حالا در اماکن عمومی نخ سیگارشان را آتش می‌زنند و فیگوری هم برای یک زدن به آن نخ می‌گیرند. شاید مصرف دخانیات برای دختر نوجوان وزن جوان، عاملی برای تفریح و سرگرمی باشد اما نمی‌دانند که یکی از عوامل ناباروری در آینده، همین تفنن‌های جاهلانه است.؛ موضوعی که متخصصان حوزه زنان، آن را به تمام بانوان در سن فرزندآوری، هشدار می‌دهند و تاکید می‌کنند کسانی که به فکر جوانی جمعیت و فرزندآوری هستند، باید بر صنایع دخانی فعال در کشور نیز تمرکز کنند.

بستر باز برای فعالان حوزه دخانیات!

راتشکیل می‌دهد. حقدادی هم این موضوع را پیش می‌کشد و می‌گوید: موفق شدن و معروف شدن آن قدر برای برخی هامهم است که اگر نتوانند مشهور محبوب باشند، حاضرند مشهور منقور باشند. حالا به چه چیزی، مهم نیست. جلب توجه و خرسندی از جامعه و اطرافیان، آن قدر اهمیت دارد که برخی افراد اگر نتوانند توجه مثبت دریافت کنند، توجه منفی را به بی‌توجهی، ترجیح می‌دهند. حقدادی، مصرف دخانیات را مصداقی برای ابراز وجود نوجوانان نیز می‌داند و می‌گوید: آن‌ها برای اینکه نشان بدهند بزرگ شده‌اند، از چیزی که سمبل بزرگ شدن است، تقلید می‌کنند تا این حس به اصطلاح خوشایند را تجربه کنند. به گفته او، الگوگیری از والدین و دوستان، از دلایل دیگر درگرایش به مصرف دخانیات در سن نوجوانی است که زمینه را برای ابتلا به ناهنجاری‌های دیگر آماده می‌کند، در حالی که صنایع دخانی فعال در کشور به این موضوع هیچ اهمیتی نمی‌دهند و تنها به فکر جذب جوانان و نوجوانان با هدف سودآوری خود هستند. این شرکت‌ها ادعا می‌کنند که به دنبال سلامت مردم هستند و سیگار الکترونیک تولید می‌کنند، در حالی که عوارض سیگار الکترونیک اگر بیشتر از سیگارهای سنتی نباشد، کمتر از آن نیست و رسانه‌ها باید برای این موضوع به صورت جدی فرهنگ سازی کنند و هشدار دهند.

مختلف که معمولاً رایجه مطبوعی به همراه دارد، سبب جذاب شدن محصولات دخانی است. علاوه بر این، تولید محصولات الکترونیکی که بدون بو هستند، گواه این است که آن‌ها چقدر هدفمند به دنبال تولید محصولاتی هستند که میزان وابستگی را زیاد کند. حقدادی گفته‌هایش را براساس برخی آمار میانگین ادامه می‌دهد: در استان خراسان رضوی ۲۰ درصد افراد، وابسته به مصرف دخانیات هستند و اگر مصرف تنغنی سیگار را هم لحاظ کنیم، ۱۳ درصد دیگر به این آمار اضافه می‌شود. در حالی که میانگین سن مصرف ۲۰ سال است، اگر بخواهیم مصرف قلیان و سیگار الکترونیک را هم به آن اضافه کنیم، این رقم به زیر ۲۰ سال هم کشیده می‌شود. او ادامه می‌دهد: هر فرد سیگاری در هفته ۴۵ نخ سیگار می‌کشد؛ یعنی به طور طبیعی، مصرف روزانه‌اش حدود ۶ نخ است که علاوه بر عوارض جسمی، هزینه اقتصادی را نیز بر یک خانواده تحمیل می‌کند. حقدادی اختلافات روانی و افسردگی‌های پنهان را در افزایش گرایش زنان و دختران به مصرف دخانیات، بی‌تأثیر نمی‌داند و می‌گوید: مصرف دخانیات یکی از مهم‌ترین علت‌های افسردگی است و البته کنار آن، علل بی‌شمار دیگر را هم باید در نظر گرفت. این حرف، بین متخصصان حوزه روان‌شناختی مشترک است که دیده شدن، شاکله اصلی زندگی برخی‌ها

برخلاف باور برخی‌ها، دود کردن دخانیات، نشانه بلوغ و بزرگ سالاری نیست، بلکه نشانه کودک ماندن روان‌شناختی شخصیت فرد است. دکتر غلامحسین حقدادی، براساس تجربه‌ای که در حوزه روان‌شناسی دارد، این حرف را می‌گوید. این گفته او با استناد به آمار مراجعه‌کننده‌گانی است که بخشی از آن‌ها مصرف‌کننده انواع محصولات دخانی هستند. حقدادی تأکید می‌کند: سیگار کشیدن زنان که زمانی حساسیت برانگیز بود، کم‌کم عادی شده و تاپوی آن شکسته شده است. دسته‌ای از افراد از جمله دختران جوان، ممکن است به این دلیل به سیگار کشیدن روی بیاورند که احساس کنند آزادی‌شان، محدود شده است یا اینکه با این رفتار تلاش می‌کنند بگویند ما با مردان برابریم. به گفته او، بیشتر افراد مصرف‌کننده، مصرف خود را با قلیان و سیگار شروع کرده‌اند. اگر این حلقه ابتدایی کنترل شود یا به تأخیر بیفتد، احتمال ورود به مصرف مواد مخدر به طور قابل توجهی کاهش می‌یابد، این در حالی است که نه قوانین سخت‌گیرانه‌ای برای مصرف دخانیات وجود دارد، نه خبری از تدابیر سخت‌گیرانه است. این روان‌شناس ادامه می‌دهد: هرچه متولیان حقوقی و قانونی در این زمینه عقب‌نشینی کرده‌اند، فعالان حوزه دخانیات با ترفندهای مختلف به دنبال جذب مخاطب هستند. استفاده از عطر و طعم‌های

نوجوانان را در یابید!

علیرضا مهرجردی، متخصص حوزه روان‌شناسی، صحبتش را با یافته‌های علوم پزشکی شروع می‌کند که عوارض استفاده از مواد دخانی را شناسایی کرده است. او می‌گوید: عوارض مصرف دخانیات در ابتدای مصرف‌کنندگان به انواع بیماری‌وبه ویژه بیماری‌های تنفسی دیده شده است، اما باید بداند که یکی از مواد تشکیل‌دهنده دخانیات، نیکوتین است که به صورت مستقیم بر مغز اثر می‌گذارد. او براساس یافته‌های روان‌شناسی ادامه می‌دهد: در روان‌شناسی هیجان مدار که روی ریشه گرایش به مصرف دخانیات کار کرده، کمبود عزت نفس، مهم‌ترین عنصر کشف شده است. به عبارتی در کسی که عزت نفس اندکی دارد، دردها و خلاهای درونی باعث می‌شود از دنیای واقعی دور شود و این ارتباط نداشتن با خود را در دنیای بیرونی به نمایش بگذارد. به لحاظ علمی، ثابت شده است حتماً یک درد پنهانی، فرد مصرف‌کننده دخانیات را از آزار می‌دهد که فرضاً به جای استفاده از آب میوه، حاضر می‌شود ریه‌های خود را با دود پر کند. او براساس آماری که از اتاق یک درمانگر روح و روان بیرون می‌آید، هشدار می‌دهد بیش از ۹۰ درصد نوجوانان ما، درگیر موضوعات مختلف دوران بلوغ و حساسیت‌های آن هستند. محرک‌های شدید روانی در دوره نوجوانی، جزو عوامل مهم و زمینه‌ساز محسوب می‌شود؛ به همین خاطر نوجوانی، دوره‌ای حساس و شگرف است که روان‌شناسان، بر نکته‌سنجی والدین بر رفتار فرزندشان، در این دوره، تأکید کرده‌اند. مشکلات فرزندمان باید زیر سقف خانواده و در کانون آن حل شود، آن‌ها بدون هیچ ترسی از قضاوت و تنبیه، حال اینکه آن‌ها چقدر بتوانند از این بحران بیرون بیایند، نیازمند توجه همه جانبه خانواده و اجتماع است.

بدآموزی شبکه‌های نمایش خانگی

دکتر غلامرضا حسنی، پژوهشگر حوزه اجتماعی، بخشی از شرایط موجود را ناشی از توسعه‌ای می‌داند که در هر جامعه‌ای رخ می‌دهد و می‌گوید: البته در این مسئله، همه عوامل در کنار یکدیگر نقش دارند؛ یعنی در کنار بعد عاطفی و روانی، الگوپردازی از هم‌سالان و تغییر سبک زندگی، در افزایش آمار مصرف‌کنندگان سیگار، بی‌تأثیر نیست. او از تبلیغات غیرمستقیم برای مصرف دخانیات نیز حرف می‌زند و پای شبکه‌های نمایش خانگی را به میان می‌کشد و می‌گوید: گاهی سیگار کشیدن، تقلیدی از رفتار بازیگران سینما در فیلم‌های نمایش خانگی است؛ گاه در سریال‌ها شاهد استعمال دخانیات توسط هنرمندان نام‌آشنا هستیم. تکرار این صحنه‌ها، قبح آن را در میان تماشاگران سریال‌به‌ویژه نوجوانان و جوانان می‌شکند. به گفته او، پیام نا آشکار سیگار کشیدن قهرمان این فیلم که گاه همراه با موفقیت است، جز این نمی‌تواند باشد که سیگار بکش تا جذاب‌تر و موفق‌تر باشی! حسنی تأکید می‌کند: از تأثیرات پنهان رسانه در این موضوع، غفلت نکنیم؛ گاهی رفتن به سمت رفتارهای پرخطر نظیر سیگار کشیدن، تقلیدی از رفتار سلبریتی‌ها و همرنگ شدن با آن‌هاست.

رتبه ۲
۳۰ درصد
۱۳ درصد
۶ نخ

میانگین مصرف هر فرد سیگاری در روز

مصرف‌کنندگان استان که تنغنی، سیگار می‌کشند

میزان مصرف‌کنندگان دخانیات در استان

جایگاه خراسان رضوی در میزان مصرف دخانیات در کشور