



### السيجارة الالكترونية خطيرة ومضرة بالصحة

انتشرت في لبنان مؤخراً ظاهرة استعمال السجارة الالكترونية بين الشباب الذين يحاولون الاقلاع عن التدخين، تراهم في المجمعات التجارية والمطاعم والمقاهي وحتى في المصاعد. وتنتشر أيضاً بشكل ملحوظ عند طلاب المدارس الثانوية كأنها موضة جديدة يلحقونها، سهولة الشراء ومتعددة النكهات ويسهل اخفائها عن عيون الأهالي. هذه الظاهرة تنذر بوجود جيل جديد متعلق بمادة النيكوتين ومحصّر لتدخين السجارة العادية ومعرض للادمان على مواد أكثر خطراً في المستقبل كالمخدرات. خاصة وقد كثرت الدراسات جديدة التي تثير الجدل حول أهمية السجارة الالكترونية في الاقلاع عن التدخين وتكاد تنفي أهميتها بسبب خطورة استنشاق النيكوتين المتبخر منها وارتباطه بتسبب ضرر بأنسجة الرئة والسرطان الرئوي وأمراض الربو والالتهابات الرئوية على المدى الطويل.

في أميركا تعلق التحذيرات من خطورة استعمال السجارة الالكترونية ويدعو مسؤولي الصحة المواطنين الى عدم استعمالها بعد ان سُجّلت لغاية 10 كانون الاول 2019، بحسب مراكز مكافحة الأمراض (CDC)، 2409 اصابة بأمراض رئوية مرتبطة بالسيجارة الالكترونية و52 حالة وفاة<sup>8</sup> بسبب احتوائها على مواد كيميائية (THC 82% من الحالات) وعلى النيكوتين (62% من الحالات). دخلوا المستشفيات بحاجة ماسة الى أوكسيجين وانعاش بسبب اصابات رئوية عوارضها السعال وقصور في التنفس وغثيان وتعب وخسارة وزن. وتبين وجود فئة كبيرة منهم من الشباب والمراهقين. لذلك شددت ادارة الغذاء والدواء الأميركية (USFDA) ومراكز مكافحة الأمراض (CDC) على ضرورة توقف المواطنين كباراً وصغاراً عن استعمال السجارة الالكترونية، ووجهت كتاباً للشركات المصنعة لهذه السجائر لمراجعة استراتيجياتهم وسياسات التسويق التابعة لهذا المنتج خاصة لناحية استهداف المراهقين وتلامذة المدارس.

لذلك وحرصاً على الصحة العامة يوضح الدكتور غازي الزعتري رئيس دائرة علم الامراض والطب المخبري في مستشفى الجامعة الاميركية في بيروت الحقائق العائدة للسيجارة الالكترونية وهي:

- السجارة الالكترونية تسبب الادمان كما السجارة العادية<sup>1</sup>
- السجارة الالكترونية تزيد نسب الادمان على النيكوتين خاصة عند الشباب والناشئين<sup>1</sup>
- السجارة الالكترونية مضرة بالصحة. فقد أظهرت الدراسات انها تسبب تسارع ظهور أمراض القلب والرئة لدى المستخدمين المزمنين وكذلك تزيد خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. تحتوي السجارة الالكترونية على عدد كبير من المواد الكيميائية، منها الغير معروفة التأثير ومنها السامة<sup>2</sup>. هذه المواد قد تكون مرتبطة بعوارض صحية تؤدي الى مضاعفات خطيرة كما حصل مؤخراً في الولايات المتحدة<sup>3</sup>.
- التدخين السلبي لدخان السجارة الالكترونية مضر بالصحة<sup>6</sup>



كما وضّح الدكتور زعتري بعض المغالطات حول السجّارة الالكترونية وهي التالية:

- السجّارة الالكترونية تساعد المدخنين على الاقلاع  
لم تُثبت صحة هذه المزاعم حتى الآن ولا يوجد دلائل علمية على فعالية السجّارة الالكترونية في المساعدة على الاقلاع عن التدخين . فالواقع يبين العكس، فهي تسبب الادمان و تحتوي على كميات كبيرة من المواد المضرة بالصحة. أما طريقة عرض وترويج هذه المنتجات وتوفر طعمات مختلفة فهو دليل على هدف صناعتها تقديمها كمنتج دائم وليس كبديل مؤقت للتدخين.  
كما تبين أن أكبر نسبة من الشباب والناشئين يبدأون استخدام السجّارة الالكترونية من دون أن يكونوا مدخنين سابقين ، وأنها قد تدفعهم للبدء بتدخين السجّائر العادية<sup>4</sup> .
- النيكوتين مادة غير مضرة بالصحة  
معظم السجّائر الالكترونية تحتوي على نسب نيكوتين أعلى بكثير من السجّائر العادية. التعرض للنيكوتين له آثار خطيرة على نظام القلب والأوعية الدموية ، وهو يساهم في نمو الاورام ومرتبطة بجوانب أساسية لبيولوجيا الأمراض الخبيثة و في التنكس العصبي<sup>2</sup> . لذلك، الضرر الناتج عن التعرض للنيكوتين أعلى عند مستخدمي السجّائر الالكترونية<sup>5,2</sup>

المصادر :

- 1- <https://www.hopkinsmedicine.org/health/wellness-and-prevention/5-truths-you-need-to-know-about-vaping>
- 2- تقرير منظمة الصحة العالمية حول السجّائر الالكترونية  
[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/147110/FCTC\\_COP6\\_10Rev1-en.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/147110/FCTC_COP6_10Rev1-en.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- 3- <https://www.foxnews.com/health/nebraska-vaping-linked-death>
- 4- St. Helen, Gideon, and David L. Eaton. 2018. "Public Health Consequences of E-Cigarette Use." JAMA Internal Medicine 178 (7): 984. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2018.1600>
- 5- Adults | 2019a. "Some E-Cigarette Users Are Having Seizures, Most Reports Involving Youth and Young newsroom/some-e-cigarette- FDA." Governmental. 2019. <https://www.fda.gov/tobacco-products/ctp-young-adults-users-are-having-seizures-most-reports-involving-youth-and->
- 6- Schober, Wolfgang, et al. "Use of electronic cigarettes (e-cigarettes) impairs indoor air quality and increases FeNO levels of e-cigarette consumers." *International journal of hygiene and environmental health* 217.6 (2014): 628-637.
- 7- European Respiratory society, Switzerland
- 8- [https://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html](https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html)