



بیمارستان امتیاز و فوریت های جراحی
شهید رجایی

مضرات و عواقب سیگار کشیدن



تهیه کننده : شهاب هوشمندی

کارشناس روانشناسی

تاریخ تهیه : بهار ۱۳۹۸

تاریخ بازبینی دوم: پاییز ۱۴۰۲

تأیید کننده علمی : دکتر والای رضایی

متخصص روانپزشکی

Edup-pam-35-01

نشانی: شیراز-بلوار چمران-جنب بیمارستان چمران-
بیمارستان حاج محمد اسماعیل امتیاز و مرکز فوریت‌های
جراحی شهید رجایی
شماره تلفن جهت پاسخگویی به سوالات: ۳۶۳۶۴۰۰۱
سایت: WWW.rajaeehosp.ac.ir، لینک راهنمای مراجعین
منبع: روانشناسی انگیزش و هیجان جان مارشال ریو، روانشناسی
فیزيولوژيکي جيمز کالات

نام و نام خانوادگی / امضا فرد آموزش گیرنده:.....

مهر و امضا پرستار آموزش دهنده:.....



با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه
می توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید

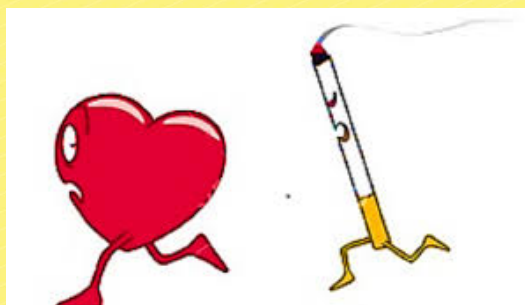
۵

می شود که ارتباط بسیار نزدیکی با ابتلا به
افسردگی دارد، به این ترتیب تغییرات دائمی
در سیستم اعصاب که از استعمال سیگار
ناشی می شود به بروز افسردگی می انجامد
که در طول زندگی با فرد سیگاری می ماند و
غلبه بر آن دشوار است.

- نیکوتین همچنین با افزایش اثر آزاد شدن ماده
شیمیایی دوپامین در مغز سبب ابتلای هرچه بیشتر
به روانپریشی در افراد میشود.
ترشح دوپامین اضافی در مغز بهترین توضیح برای
تغییرات بیولوژیکی در مغز و بروز بیماری
اسکیزوفرنی است.

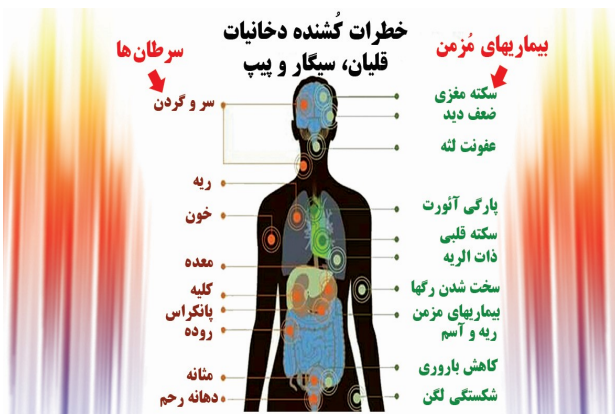


۴



• سیگار کشیدن موجب فرسایش و از بین رفتن سلولهای قشر خاکستری مغز و کاهش قابلیت‌های شناختی می‌شود.

• سیگار می‌تواند بعلت نیکوتینی که دارد باعث ابتلا به افسردگی گردد. پژوهش‌ها نشان داده است نیکوتین موجود در سیگار می‌تواند مانند محرک عمل کرده و موجب آزاد شدن انتقال دهنده‌های عصبی در مغز شود، مغز نیز به این ماده معتاد شده و نمی‌تواند بدون این ماده به فعالیت طبیعی خود ادامه دهد. ۲۰ تا ۳۰ دقیقه، پس از دود کردن آخرین نخ سیگار مقدار نیکوتین در بدن شروع به کاهش می‌کند و همین امر در فرد سیگاری موجب اضطراب



• سیگار کشیدن بیشتر از همه منجر به ابتلا به بیماری‌های قلبی، کبدی و ریوی است. مصرف سیگار ریسک فاکتور اصلی برای بیماری‌هایی همچون سکته قلبی، سکته مغزی، بیماری‌های مزمن انسداد ریه (شامل آمفیزم، برونشیت مزمن) و سرطان (سرطان ریه، سرطان حنجره و سرطان پانکراس) می‌شود. شروع زود هنگام سیگار کشیدن ریسک بروز این بیماری‌ها را افزایش می‌دهد.

• سیگار کشیدن می‌تواند منجر به بیماری‌های عروق محیطی و پرفشاری خون شود.

سیگار یکی از ابزارهایی است که شخص با مصرف آن دچار انواع بیماریها، سرطانها و در نتیجه مرگ تدریجی میشود در این بروشور با مضرات و عواقب مصرف سیگار آشنا خواهید شد.

طبق تحقیقات سازمان جهانی بهداشت در هر ۸ ثانیه یک نفر در دنیا به علت استعمال دخانیات جان خود را از دست می‌دهد. تنها سرطان ریه یا بیماریهای قلبی پیامدهای استعمال دخانیات نیست بلکه مجموعه‌ای از مسایل و مشکلات بهداشتی در ارتباط با مصرف مواد دخانی وجود دارد که می‌تواند در افراد سیگاری بروز کند،

سازمان بهداشت جهانی تخمین زده است که مصرف سیگار منجر به مرگ ۵/۴ میلیون نفر در سال ۲۰۰۴ و ۱۰۰ میلیون مرگ در طی دوران مصرفش در قرن بیستم شده است، که این میزان خیلی بیشتر از مجموع تلفات ایدز، سل، تصادفات رانندگی و خودکشی هاست.