

# بيئات خالية من التدخين

## الأضرار الصحية لدخان التبغ غير المباشر

### يحتوي دخان التبغ غير المباشر على:

- مواد مسرطنة مثل البنزين و البولونيوم-210 و الكروميوم
- معادن سامة مثل الزرنيخ والرصاص والكاديوم؛
- الغازات السامة مثل الأمونيا وسيانيد الهيدروجين وأول أكسيد الكربون.

### حقائق عن دخان التبغ غير المباشر

- دخان التبغ غير المباشر هو نتيجة الدخان المنبعث من حرق التبغ والدخان المزفور من قبل المدخن.<sup>1</sup>
- يحتوي دخان التبغ غير المباشر على مزيج مركب يحتوي على أكثر من 7,000 مادة كيميائية، بما في ذلك ما يقارب 70 مادة مسرطنة.<sup>2</sup>
- تصنف الهيئة الدولية لأبحاث السرطان التابعة لمنظمة الصحة العالمية دخان التبغ غير المباشر كمادة مسرطنة.<sup>1</sup>
- لا يوجد مستوى آمن للتعرض لدخان التبغ غير المباشر.<sup>3</sup>

### يسبب دخان التبغ غير المباشر الوفاة و المرض و الإعاقة

يعتبر دخان التبغ غير المباشر أحد أسباب الوفاة المبكرة و المرض في الأطفال و في البالغين غير المدخنين.<sup>4</sup> إنه يتسبب في وفاة ما يقارب 1,200,000 شخصاً كل عام.<sup>5</sup>

قدّرت دراسة اجريت في 2011 أن في 2004 47 % من الوفيات التي يمكن عزوها إلى دخان التبغ غير المباشر تحدث في النساء وأن 28 % تحدث في الأطفال و 26 % في الرجال.<sup>6</sup>

- بالنسبة للبالغين فإن دخان التبغ غير المباشر يتسبب في سرطان الرئة و الجلطة وأمراض القلب (بما فيها السكتات القلبية).<sup>4</sup>

- يزيد دخان التبغ غير المباشر من مخاطر التعرض للجلطات بنسبة 20-30 %.<sup>4</sup>
- يزيد دخان التبغ غير المباشر من مخاطر التعرض لأمراض القلب التاجية بنسبة 25-30 %.<sup>7</sup>

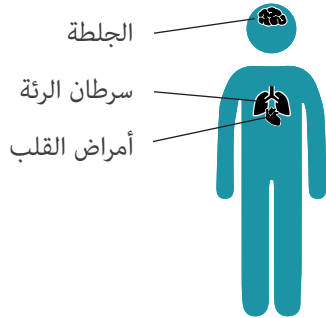
- بالنسبة للأطفال فإن دخان التبغ غير المباشر يتسبب في متلازمة موت الرضيع المفاجئ و نقص وزن المولود و العطب الوظيفي في الرئة و الالتهابات التنفسية (مثل التهاب الشعب الهوائية و الإلتهاب الرئوي) و الأعراض التنفسية المزمنة و الحادة (مثل السعال و اللهاث) و الالتهابات الأذن و كثرة نوبات الربو.<sup>4</sup>

- تشير الأدلة إلى أن دخان التبغ غير المباشر هو أحد عوامل خطر سرطان الثدي و سرطان الجيوب الأنفية و سرطان البلعوم و الحنجرة و الداء الرئوي المسد المزمن و الولادة المبكرة و الربو و الأعراض التنفسية المزمنة و الحادة (مثل السعال و اللهاث) و تصلب الشرايين في البالغين.<sup>4</sup>

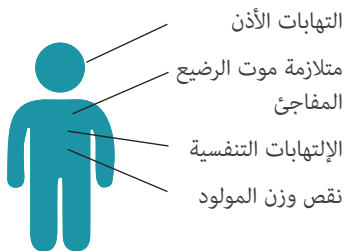
- تشير الأدلة إلى أن دخان التبغ غير المباشر هو أحد عوامل خطر تطور الربو في سنوات الطفولة.<sup>4</sup>

### المضار الصحية

#### البالغون



#### الأطفال



## إن التعرض لدخان التبغ غير المباشر عالٍ في جميع أنحاء العالم

يُقدَّر أن ثلث النساء وخمس الرجال في العالم قد تعرضوا إلى دخان التبغ غير المباشر في 2016. <sup>8</sup> وقد أشارت دراسة أخرى أجريت في 2016 أن حوالي 56% من الشباب (من 12-15 سنة من العمر) في 68 بلداً من البلدان ذات الدخل المتدني والمتوسط يتعرضون على دخان التبغ غير المباشر في كل الأماكن. <sup>9</sup>

يعاني البالغون العاملون في أماكن العمل التي تسمح بالتدخين من التعرض المطول لدخان التبغ غير المباشر. ولا يملك هؤلاء العاملون خياراً لتفادي دخان التبغ إذا كانوا يرغبون في الحفاظ على وظيفتهم. حسب الاستبيان العالمي حول التبغ للبالغين:

- في باكستان، يتعرض 69.1% من البالغين العاملين في المباني المغلقة إلى دخان التبغ في مكان عملهم. <sup>10</sup>
- في مصر، يتعرض 60.7% من البالغين إلى دخان التبغ في الأماكن العمل المغلقة. <sup>11</sup>
- في الصين، لاحظ 63.3% من العاملين وجود دخان التبغ في أماكن العمل. <sup>12</sup>
- في إندونيسيا، يتعرض 51.3% من البالغين العاملين في المباني المغلقة إلى دخان التبغ في مكان عملهم. <sup>13</sup>

## الرسائل الرئيسية

- لا يوجد مستوى مأمون فيما يخص التعرض لدخان التبغ.
- يسبب دخان التبغ غير المباشر الوفاة و المرض و الإعاقة بين غير المدخنين من البالغين والأطفال.
- يواجه البالغون المعرضون إلى دخان التبغ غير المباشر في مكان العمل قدراً أكبر من خطر المشكلات الصحية المتعلقة بالتدخين من أولئك البالغون الذين يعملون في أماكن خالية من التدخين.
- بغرض حماية الصحة العامة، تقوم الدول بسن قوانين شاملة للحد من الدخان تمنع التدخين في كافة الأماكن العامة المغلقة بدون استثناء.

## المراجع

1. International Agency for Research on Cancer. IARC Monograph Volume 100E (2012) Personal Habits and Indoor Combustions. World Health Organization 2012.
2. Centers for Disease Control and Prevention. Secondhand Smoke (SHS) Factsheet. U.S. Department of Health and Human Services 2017.
3. World Health Organization. WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2009.
4. U.S. Department of Health and Human Services. The Health Consequences of Smoking—50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General. Centers for Disease Control and Prevention 2014.
5. World Health Organization. Tobacco Factsheet. WHO May 2019.
6. Öberg M, Jaakkola M, Woodward A, Peruga A and Prüss-Ustün A. Worldwide burden of disease from exposure to second-hand smoke: a retrospective analysis of data from 192 countries. The Lancet 2011.
7. Institute of Medicine Committee on Secondhand Smoke Exposure and Acute Coronary Events. Secondhand Smoke Exposure and Cardiovascular Effects: Making Sense of the Evidence. Epidemiologic Studies of Secondhand-Smoke Exposure and Cardiovascular Disease. National Academies Press, 2010.
8. Global Burden of Disease 2016 Risk Factors Collaborators. Global, regional, and national comparative risk assessment of 84 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. The Lancet 2017.
9. Xi et al. Tobacco use and second-hand smoke exposure in young adolescents aged 12–15 years: data from 68 low-income and middle-income countries. The Lancet Global Health 2016.
10. Global Adult Tobacco Survey Pakistan 2014.
11. Global Adult Tobacco Survey Egypt 2009.
12. Global Adult Tobacco Survey China 2010.
13. Global Adult Tobacco Survey Indonesia 2011.