التدخين

دأبت كثير من الدول في مكافحة التدخين، واستطاعت فرض قانون منع التدخين في بلدانها من خلال سن العقوبات لمن يتهاون في عدم الالتزام بذلك المنع وعدم احترام النظم وحقوق الآخرين.

فقد عممت أنظمتها البيئية والخاصة بقانون مكافحة التدخين في الأماكن المغلقة والمطاعم ومكاتب العمل وفي خدمات المواصلات المختلفة وحتى في الأماكن المفتوحة... الخ.

واحتفلت كثير من الدول باليوم العالمي لمكافحة التدخين وأضراره في ٣١ من مايو الماضي.

وهذه الدول كانت أكيدة في مكافحتها للتدخين والتقليل من أضراره.

وهذا يدل على وعي القائمين على تلك المجتمعات وقوة تفعيل قوانينها البيئية من خلال فرض العقوبات وتوعية مجتمعاتها بأضرار التدخين على الصحة والمجتمع والبيئة.

وهناك نماذج من تلك الدول التي استطاعت القضاء على ظاهرة التدخين وإن لم تكن بشكل كامل مثل كندا، وهولندا... وغيرهما.

وحتى نحذو حذو هذه الدول، على القائمين في حماية البيئة توعية المجتمع بأضرار هذه الآفة الخطيرة.

وعلى أجهزة الإعلام المختلفة أن تؤدي دوراً كبيراً في إيصال ما يخص جانب مكافحة التدخين وأضراره إلى المجتمع من خلال وسائلها المرئية والمقروءة والمسموعة وبطرق مبسطة لتستوعبها كل الفئات العمرية والشرائح المختلفة.

وهناك قانون قد صدر في هذا الجانب منذ أكثر من ثلاثة أعوام في بلادنا أشارت بنوده إلى مكافحة التدخين في بلادنا وحظر التدخين في كثير من الأماكن كمرافق العمل والأماكن المغلقة ومنع التدخين في سيارات الأجرة والمواصلات بشكل عام.

ولن يرى هذا القانون النور إذا لم نساعد في ذلك.

على المجتمعات المدنية ومنظمات أنصار البيئة ومحبيها والقائمين على حمايتها تفعيل هذا القانون واستغلاله لصالح البيئة والمجتمع ويجعلنا في مصاف الدول الحضارية.

وكل عام وبيئتنا خالية من الملوثات

إلطاف

Eltaf2007@yahoo.com

اليمنيون يدخنون ستة مليارات و400 مليون سيجارة سنويا

كتب / محبوب عبدالعزيز

بينما كنت أتصفح جريدة الثورة اليمنية اليومية على موقعها الإليكتروني ضمن الشبكة العنكبوتية "الإنترنت" وقع بصري على أحد التقارير المنشورة في عددها الصادر يوم الثلاثاء الماضي ٢٩ / ٥ / ٢٠٠٧م والحقيقة أنّ العنوان الذي تصدر التقرير كان السبب في لفت انتباهي لقراءة الموضوع كاملاً وكان العنوان يقول "اليمنيون ينفقون مائة مليون دولار سنوياً على التدخين" وهو ما يساوي تسعة عشر ملياراً وتسعمائة مليون ريال بعملتنا المحلية!!

وبالطبع فإنّ رقماً كهذا يعتبر مخيفاً للغاية بل هو الكارثة بعينها على صحة الإنسان واقتصاد البلد الذي هو بأمس الحاجة إلى دعمه في مشاريع تعود بالنفع والخير على البشرية جمعاء.. ولعل ما دفعني لتناول هذه القضية هو اليوم العالمي لمكافحة التدخين الذي يصادف الحادي والثلاثين من مايو من كل عام والذي يحمل شعار "الامتناع عن التدخين داخل المباني وتهيئة بيئات خالية تماماً من دخان التبغ والتمتع بها" وكانت منظمة الصحة العالمية قد أكدت في السياق ذاته على أنّ الأماكن الخالية بشكل تام من دخان التبغ هي وحدها الكفيلة بحماية الناس من المخاطر المحدقة بهم بسبب استنشاق دخان التبغ بصورة غير مباشرة داعية إلى أهمية إخلاء الأماكن العامة ومواقع العمل والصالات والغرف المغلقة من دخان التبغ لحماية الإنسان من ا لتعرض غير المباشر لمخاطرها.

حيث يحتوي الدخان على ٤٠٠ مادة معروفة خمسين منها تؤدي إلى الإصابة بمرض السرطان أما التعرض غير المباشر لدخان التبغ، فإنّه يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب وكثير من الأمراض التنفسية والأمراض القلبية الوعائية الخطيرة التي من شأنها أن تؤدي إلى الوفاة في سن مبكرة.

وكانت دراسة ميدانية أعدها الباحث / أحمد حسين الحداء أوضحت أنّ اليمنيين يدخنون ستة مليارات وأربعمائة مليون سيجارة سنوياً أي ما يُعادل ثلاثمائة وسبعة عشر ألفاً وخمسمائة علبة سجائر وبواقع ٨٧٠ ألف علبة يومياً.

ووفقاً لهذه الدراسة، فإنّ ضخامة حجم استهلاك التبغ تصل إلى ٥٠٨ آلاف كيلو متر، إذا ما قمنا برمي السجائر المستهلكة سنوياً في شريط واحد ومتصل، وهو ما يساوي طول قطر كوكب الأرض ١٨ مرة.

كما كشفت الدراسات الميدانية أنّ نسبة عدد المدخنين في اليمن تُعد من أعلى النسب عالمياً، وبلغة الأرقام فإنّ ٨٥,٧ في المائة من الرجال مدخنون وهناك ٣,٤ مليون مدخن على مستوى البلاد، ٢٩,٢ في المائة منهم من أصحاب الفئة العمرية من ١٧ إلى ٢٤ عاماً، وأنّ إنفاق اليمن على التبغ بلغ العام ١٩٩٩م (٢١,٣) مليار ريال، كما ازدادت المساحة المزروعة بالتبغ كلياً بنحو الضعف.. وهذه هي الكارثة التي لابد من وضع حلول جذرية لها.

من يحمينا من هؤلاء

إننا ونحن نحتفل باليوم العالمي لمكافحة التدخين ندعو الجهات ذات العَلاقة في مواقع القرار ابتداءً من إصداره وحتى متابعة الالتزام به وتنفيذه إلى منع التدخين في المواقع العامة كمرافق العمل والحدائق والصالات وسيارات الأجرة، لأنّ ذلك يعرض حياة غير المدخنين لخطر كبير وهو ما يسمى بالتدخين السلبي ويا حبذا إن كانت الغرامة بصورة متصاعدة حتى يمتنع المخالفون عن تكرارها ونجد في ذلك لحماية لأرواحنا من هؤلاء العابثين بصحتهم والناس أجمعين وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية إلى أنّ ٧٠٠ مليون طفل يستنشقون هواءً ملوثاً بدخان التبغ خصوصاً في بيوتهم ويؤدي التدخين بحياة خمسة ملايين شخص كل عام بسبب التدخين ونصف هذا ا لعدد في المجتمعات النامية وفي حال استمرار الوضع الراهن للتدخين فإنّ معدل الوفيات سيرتفع ليحصد أرواح ثمانية أشخاص من كل عشرة مع حلول العام ٢٠٣٠م .. كما يقضي حالياً مليوني عامل نحبهم كل عام بسبب التعرض لدخان التبغ في أماكن العمل.. نتمنى نجد عالماً من دون دخان وبيئة نظيفة نقية من غير ملوثات!؟

200 ألف.. ضحايا بلا تدخين

يقتل التدخين ٢٠٠ ألف عامل غير مدخن سنويًّا، إحصائية صادمة دعت منظمة الصحة العالمية لرفع شعار "لا للتدخين في الأماكن المغلقة" هذا العام، احتفالاً باليوم العالمي للامتناع عن التبغ والذي يوافق (٣١ أيار/ مايو).

ويوضح التقرير الصادر من منظمة الصحة العالمية هذا العام سبب اختياره للأماكن المغلقة تحديدًا، مستعينًا بالأرقام والبيانات حينًا، وبالمعلومات التي تنفي الادعاءات التي يحلو لبعض المدخنين ولشركات التبغ الترويج لها حينًا آخر، وكذلك بشرح أوضاع التدخين في بلدان العالم المختلفة وتوضيح الأخطار الصحية التي تنجم عن التدخين في الأماكن المغلقة.

كما توصي المنظمة –بشأن دخان التبغ السلبي– بعد أن حسم الجدل حول الآثار الوخيمة له بإصدار تشريعات تلزم أماكن العمل المغلقة والأماكن العامة بأن تكون خالية تمامًا من الدخان؛ وبتطبيق إستراتيجيات تثقيفية خاصة لمحاصرة التدخين السلبي في الأماكن المغلقة، ولا سيما داخل المنازل.كذلك بتوفير البيئة الخالية من الدخان بنسبة ١٠٠٪، باعتبارها الإستراتيجية الوحيدة الفعَّالة لتقليص التعرض لدخان التبغ في الأماكن المغلقة.

بيئة نقية ١٠٠٪

"وحدها البيئة الخالية من الدخان بنسبة ١٠٠٪ هي التي تحمي الصحة والحياة"، حقيقة لا تتوانى المنظمة عن تأكيدها نافية بذلك أي مجال للادعاء بإمكانية تواجد المدخن وغير المدخن في مكان واحد بسلام، أي دون أن يصاب كلاهما بالأضرار الفادحة التي يسببها دخان التبغ. ونافية أيضا الادعاء الثالث لشركات التبغ بأن نظم التهوية كفيلة بتنقية أجواء المكان المغلق والقضاء على آثار الدخان فيه. فالحقيقة أن نُظُم التهوية فضلاً عن كونها باهظة التكلفة فهي لا توفر حماية تامة لغير المدخنين من التعرض لدخان السجائر وسائر منتجات التبغ.

حقيقة بديهية أخرى مؤداها أن كل فرد من حقه أن يتنفس هواء نظيفًا خاليًا من الدخان. وإذا كان المدخنون قد تنازلوا طوعًا عن حقهم في هواء نظيف فليس من حقهم أن يحرموا غير المدخنين –وهم الغالبية العظمى من سكان العالم– من هذا الحق.

بل إن الأماكن المغلقة الخالية تمامًا من الدخان تهيئ لغير المدخن الذي يرغب في الإقلاع عن التدخين فرصة جيدة وحافزًا قويًّا للإقلاع عن التدخين أو التخفيف منه.

أطفالنا فريسة

من الحقائق المؤسفة التي يسوقها التقرير أن نصف أطفال العالم أي حوالي ٧٠٠ مليون طفل يتعرضون دون حول منهم أو قوة للدخان السلبي، ويعانون من الويلات التي يجرها عليهم. يتم ذلك داخل بيوتهم، حيث يفترض وجود أحرص الناس على صحة أطفالهم وهم الأبوان. وعلى سبيل المثال تتفاقم حالة مليون طفل مصاب بالربو في الولايات المتحدة وحدها؛ بسبب التعرض لدخان التبغ السلبي.

وتشمل أشكال المعاناة للأطفال وسائر المدخنين السلبيين استنشاق نحو ٤٠٠٠ مادة كيماوية، منها ٥٠ مادة معروف عنها أنها مسببة للسرطان لدى الإنسان. وبالإضافة إلى ذلك يؤدي دخان التبغ السلبي إلى إصابة الأطفال والبالغين بالأمراض القلبية الوعائية، والعديد من أمراض الجهاز التنفسي مما يؤدي إلى الوفاة.

وقد قدَّرت منظمة العمل الدولية وفيات العاملين من جراء التعرض لدخان التبغ السلبي في أماكن العمل بنحو ٢٠٠ ألف عامل سنويًّا. وقس على هذا سائر الأماكن المغلقة التي تتشبع بدخان التبغ، مثل المطاعم والحانات والمقاهي، وغيرها...

أضرار أخرى

ولا تقتصر أضرار دخان التبغ السلبي على عبء المرض، وإنما تمتد إلى العبء الاقتصادي. ففضلاً عن التكاليف الطبية المباشرة وغير المباشرة، فإنه يتسبب في خسائر في الإنتاجية، وتفاقم خطر الحرائق وغيرها...

وتتكبَّد منطقة محدودة جغرافيًّا مثل المنطقة الإدارية في هونج كونج نحو ١٥٦ مليون دولار أمريكي هي القيمة السنوية للعبء الاقتصادي الناجم عن التدخين السلبي. وترتفع هذه القيمة إلى ١٠ مليارات دولار في الولايات المتحدة الأمريكية.

هذا في الوقت الذي يثبت فيه التقرير أنه لا صحة للادعاء بأن حظر التدخين في المطاعم والمقاهي وقطاع الضيافة والفندقة بصفة عامة يؤدي إلى أضرار اقتصادية سلبية على هذا القطاع.

ويصحح التقرير الادعاء الأخير القائل بأن مفهوم الأماكن الخالية من الدخان لا يمكن أن يكتب له النجاح، مؤكدة أنه قد نجح بالفعل في بلدان مثل أيرلندا، ونيوزيلاندا والنرويج وولايات كاملة في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا. ويمكن أن ينجح في أي بلد يطبق سياسة الخلو من الدخان.

التدخين يؤذي الشرايين ويصيب الرجال بالعجز ويفقد النساء جمالهن ويضرب البيئة

منظمة الصحة العالمية في دراسة لها

22 % من المدخنين العرب .. أطفال

متابعة / زكريا السعدي

يتخذ عدد من المدخنين مع بدء كل سنة جديدة، قراراً بالإقلاع عن التدخين، لكن إحصاءات منظمة الصحة العالمية تفيد أنّ أكثر من ٩٢ ٪ من هؤلاء يعودون إلى السيجارة بعد انتهاء فترة (العزم).

ووفق إحصاءات منظمة الصحة الدولية يموت ما يصل إلى ٤,٩ ملايين شخص سنوياً بسبب إدمانهم التدخين، من أصل ثلث ذكور العالم المدخنين، في حين تسبب السيجارة قتل واحداً من كل عشرة أشخاص يتعرضون حتى للتدخين السلبي وأنّه إذا استمر معدل التدخين على حاله سترتفع النسبة على واحد من كل ستة أشخاص ويموت مدخناً واحداً كل ثماني ثواني، خصوصاً في العالم النامي حيث ترتفع نسبة المدخنين بمعدل ٣,٤ في المائة سنوياً.

وتبيع شركات التبغ ما يصل إلى ١٥ بليوناً سيجارة يومياً أي نحو ١٠ ملايين سيجارة في الدقيقة وتبيع الشركات الأمريكية والبريطانية واليابانية كمية من السجائر التي تبيعها أساساً في أسواق آسيا ومن ضمنها الشرق الأوسط حيث يدخن ثلث الرجال على الأقل ٢٠ سيجارة يومياً، وحيث يبدأ بين ٨٠ ألفا و١٠٠ ألف مراهق عادة التدخين يومياً.

وكانت المنظمة نبهت – في وقت سابقٍ من العام – إلى أنّ النيكوتين يؤذي الشرايين ويحول الانتباه عن "الجنس الآخر" ويضر بالقدرات الجنسية للرجال ويصيبهم بالعجز ويفقد النساء جمالهن وشبابهن علاوة على الأضرار التي يسببها للبيئة والتلوث البيئي.

كشفت دراسة في جامعة بيل بنيوهيفن أنّه كلما قلل تدخين السيجارة الأولى في اليوم من اشتياق الشخص لمزيد من السجائر، كلما صعب عليه الإقلاع عن تلك العادة السيئة.

إحصائيات التدخين والتبغ

١– الإحصائية الأولى:

– كم يبلغ عدد المدخنين؟

– يبلغ عدد المدخنين على مستوى العالم: ١,١ بليون شخصاً.

– نسبة المدخنين في الدول المتقدمة: نسبة الذكور ٤١٪ والإناث ٢١٪.

– نسبة المدخنين في الدول النامية: نسبة الذكور ٥٠٪ والإناث ٨٪.

– يزداد عدد الإناث المدخنات بشكل تصاعدي في كثير من الدول.

٢– الإحصائية الثانية:

– كم يبلغ عدد السجائر التي يتم تدخينها؟

– عدد السجائر المستهلكة سنوياً: ٦٠٠٠ بليون سيجارة.

– عدد السجائر المستهلكة في الدول المتقدمة: قلت نسبة السجائر المستهلكة بين المدخنين من الكبار من ٢٨٠٠ سيجارة في أوائل الثمانينات إلى ٢٤٠٠ سيجارة في أوائل التسعينات.

– عدد السجائر المستهلكة في الدول النامية: يستهلك الأفراد في الدول النامية ما يعادل استهلاك ٣/٤ سكان العالم بأسره، ويتزايد استهلاك الشخص البالغ في العام الواحد والذي كان ١١٥٠ سيجارة وأصبح ١٤٠٠ سيجارة، وتساوي نسبة الزيادة في العام الواحد حوالي ١,٧٪.

٣– الإحصائية الثالثة:

– كم يبلغ عدد وفيات التبغ؟

حوالي ٣ مليون شخصاً سنوياً، وحوالي الثلث من هذا العدد يتواجد في الدول النامية. وإذا استمرت معدلات التدخين بنفس الأعداد والنسب الحالية ستصل عدد الوفيات إلى حوالي ١٠ مليون في العام الواحد في الثلاثين أو الأربعين عاماً القادمة، والنسبة الكبيرة منها سيكون من حظ الدول النامية (حوالي ٧٠٪).

٤– الإحصائية الرابعة:

– التبغ والتدخين السلبي:

يضر التبغ غير المدخنين أيضاً كالتالي وعلى نحو شديد الإيجاز:

– سرطان الرئة.

– الإصابة بالحساسية.

– الإصابة بأزمات الربو، وازدياد حدتها لمن يعانون منها.

٥– الإحصائية الخامسة:

– التبغ و الأمومة:

– يرتبط التبغ بالعديد من حالات الإجهاض التي تحدث للمرأة الحامل.

– يؤدي إلى عرض موت الطفل المفاجئ.

– أمراض الجهاز التنفسي للطفل: التهاب الشعب الهوائية– نزلات البرد– الالتهاب الرئوي.

– يؤدي إلى ولادة طفل مبتسر وزنه أوحجمه ضعيف.

٧,٦– الإحصائية السادسة والسابعة:

التبغ وشركاته

قامت شركات التبغ بإيجاد إحصائيات حقيقة هامة للسيدات والمراهقين:

٦– نجحت شركات التبغ في ترويج منتجاتها باتباع سياسة إعلامية جهنمية وهو أن التدخين بالنسبة للإناث هو دليل على استقلالهن ومساواتهن بالرجال في جميع الحقوق والحريات والتصرفات، لكن المساواة للأسف ظهرت بوضوح في عدد وفياتهن.

٧– استطاعت أيضاً جذب الصغار والمراهقين بدعايتهم الناجحة وتوظيفهم في مهنة جديدة ما بين: مدخن السيجارة– أو مدخن السيجار– مدخن الغليون .... للتباهي والتفاخر!! والذي سيؤدي إلى وفاة النصف منهم في منتصف عمرهم ما بين ٢٠–٢٥ سنة، والنصف الآخر عند سن السبعين أي أقل أيضا بعشر سنوات عن سن الوفاة الطبيعي وفي كلا الحالتين هناك خسارة في العمر مبكرة.

ففي مسح عالمي لطلاب المدارس للأعمار ١٣–١٥ سنة شمل أكثر من ٩٠٠٠٠ طالبا في ٢١ دولة في منطقة شرق المتوسط، بما فيها سورية، بلغ معدل تدخين السجائر ٧٪ للفتيان و ٣٪ للفتيات، بينما معدل تدخين الأشكال الأخرى للتبغ، الأرغيلة غالبا في منطقتنا، ١٦٪ للفتيان و ١٠٪ للفتيات. هذه الأرقام لها دلالة عميقة وتشير إلى أن مستقبل تطور وباء التدخين عندنا سيساهم فيه إلى حد كبير تدخين الأرغيلة.

يرافق انتشار هذه العادة بعض المفاهيم الخاطئة عن كون الماء تصفي المواد السامة، وهذه المفاهيم تدعمها الكثير من المصالح التجارية التي تستفيد من انتشار الأرغيلة وملحقاتها، والتي تسوق من منطلق تخفيف الضرر المزعوم (الفلاتر، المواد المضافة للماء التي تزيد من تنقيتها للمواد السامة في الدخان)، والتي لم تثبت صحة مزاعمها أبداً.

طبعاً الأبحاث العلمية حول أضرار الأرغيلة، على قلتها، تؤكد ضررها على الصحة وهذا ما دعا منظمة الصحة العالمية لإصدار أول تقرير تحذيري حول هذه العادة في العام الماضي.

مع ذلك يظل تدخين السجائر الخطر الأول على الصحة معظم الأقطار العربية، واليه يتوجب توجيه أقصى الجهود الصحية للحد منه ولمساعدة المدخنين على الإقلاع.

التبغ قاتل بكل أشكاله وصوره، لاتنخدعوا أو تخدعو أنفسكم بأن الكثيرين ممن يدخنون يعيشون مديدا بصحة جيدة (هؤلاء هم من ترونهم أما الذين قضى عليهم التدخين وهم الأكثرية فلا ترونهم). الدراسات لاتحمل تأويلين في هذا المجال، التدخين هو أكبر خطر على الصحة ويؤدي في المعدل إلى سرقة ٢٠ سنة من حياة مستعمليه. إنه ليس حلا لأي مشكلة بل سببا للعديد منها، وتدخين الأهل بوجود أولادهم يلحق الضرر بهؤلاء ويزيد من قابليتهم للتدخين أنفسهم مستقبلا.

دراسة : ٢٢٪ من المدخنين العرب .. أطفال

في الوقت الذي تتزايد فيه التحذيرات الطبية من أخطار التدخين ومضاره، أكدت الأرقام التي شملها " المسح العالمي للشباب والتبغ " الذي أجرته منظمة الصحة العالمية أخيراً ، أرتفاع أعداد المدخنين بين الأطفال في الفئة العمرية من ١٣ – ١٥ سنة بلغت نسبة المدخنين بين الأطفال في هذه المرحلة العمرية ٢٢ في المائة بين أعداد المدخنين ، بينما ارتفعت إلى ٣٠٪ في العراق وفلسطين، نتيجة لاضطراب الأوضاع السياسية والاقتصادية في كلا البلدين ، كما أكد المسح ارتفاع معدلات التدخين بين الفتيات في ذات الفئة العمرية، حيث بلغت ٦٪ في مصر وبعض دول الخليج.

وقالت الدكتورة فاطمة العوا ، مسؤولة " مبادرة التحرر من التبغ" بمنظمة الصحة العالمية لـ

" الشرق الأوسط " أمس، إنه على الرغم من إصدار عدد من الدول العربية لقوانين تمنع الإعلان عن السجائر في وسائل الإعلام المختلفة ، وقانون تحريم بيع السجائر للأطفال دون سن الثامنة عشرة ، فإنه تبين من خلال المسح سهولة وصول المراهقين والأطفال للسجائر كمنتج ، وذلك نتيجة لقيام الآباء بالتدخين أمام أبنائهم وثبت تعرض ٨ من بين ١٠ أطفال للتدخين السلبي في المنازل.

وأضافت، أن الطفل أو المراهق ينظر إلى السيجارة باعتبارها أسلوب حياة، فهي تمنحه القوة والسيطرة على الأمور، وهي الصورة التي يروج لها العديد من مشاهد الأفلام ، وطالبت الدكتورة العوا بضرورة تفعيل دور وسائل الإعلام في عملية مكافحة التدخين مع تنظيم حملات دعائية للحد منه بين الشباب والأطفال، مؤكدة أن التكرار عامل مهم في هذه الحملات .

مغريات التدخين وأخطاره المؤدية للهلاك

محمد فؤاد راشد

أصبح من الآن فصاعداً للمدمنين على التدخين ملاذاً مليئاً زاخراً بأخطر السموم وأمراض القلب والأورام السرطانية الخبيثة التي تفتك بمئات الآلاف بل الملايين كل عام من البشر، وهم الذين لم يستطيعوا تفادي الوقوع في هذه البحيرة الجهنمية التي هي من مصائد الشيطان الرجيم التي تزخر بكثير من المغريات والصور الخادعة حَيث يتم مداراتها خلف أعذار واهية والممثلة بدخول الشخص المدخن بحالة من الهدوء والاسترخاء والشّعور بالاطمئنان لحظة تدخينه لهذه الآفة المدمرة للعقول وللجيوب مستنزفة للأموال والصحة البدنية.

لذلك أخي وأختي المدخنين أن من تساوره مغريات تلك ا لسيجارة فليحاول التخفيف واقصد بالتخفيف هو عدم الإقلاع عنها دفعة واحدة بل هو اختبار للعزيمة والصمم، لذلك نقول بداية الألف ميل تبدأ بخطوة واحدة ولذلك لا تدع أمور الحياة الصعبة ترفعك وترمي بك للانزلاق في هذه البحيرة المظلمة التي سوف تودي بحياتك لذلك يجب عليك قبل الخوض بتجربتها المليئة بالدخان القاتل جعل تفكيرك في كل وقت أنّ هناك من يحتاجك لأن تعيش وتحيا إلى جانب من يحبونك فلا تخيب آمالهم.

ألا تعلم أخي المدخن أنّك ترمي بنفسك وبكل قناعتك في وادي التهلكة دون الاكتراث بالعواقب الوخيمة التي تسببها تلك الاسطوانة الورقية المحشوة بأخطر أنواع السموم الكريونية!!

كشفت عدد من الدراسات والبحوث العلمية الطبية بالولايات المتحدة الأمريكية أنّ السيجارة يحتوي على مادة تدخل في تصنيع بعض القنابل والمتفجرات وأيضاً الذخيرة الحية، تصور بالله عليك أخي المدخن وتمعن جلياً بهذه المعلومة الخطيرة أنت ومن دون أن تعلم تستهلك مادة متفجرة تدخل إلى رئتيك، ماذا تتصور أن يحدث لك؟ الله سبحانه وتعالى خلق لكل إنسان عقل وفكر ليتدارك الوقوع في المصائب والمحن وهذا قد يقول بعض إنّه ضربٌ من الخيال ونوع من المزايدة، هذه الردود تدور في رؤوس وعقول المدخنين، الذين يقرأون الموضوع وتساوره نفسه وكبريائه عن الاعتراف بالحقائق والأدلة العلمية حول أخطارها السلبية على المدخن والمجتمع ككل.

إذاً لماذا هذا التخاذل وعدم المبالاة عندوضع النقاط على الحروف أليس هو الصواب بعينه، أنت موقن بذلك بأنّها خطيرة ويجب الإقلاع عن هذه العادة السيئة بل ما زاد الطين بلة أنّ بعضاً من المدخنين لا يكتفون بالإضرار بصحتهم فقط بل جر من حولهم من الشباب وبالأخص الذين يعانون من مشاكل وظروف نفسية للانزلاق ووقوعهم تحت رحمة هذه السيجارة التي ستجر عليهم الويلات، والمدخن لا يكتفي بنفخ السحب الدخانية المحملة بالسموم الطائرة لوحدة بل ليضر من حوله وذلك في داخل حافلات الأجرة والمؤسسات بكافة أشكالها أو عند الزيارات الأسرية وبالذات مجالس القات بطريقة مباشرة أو غير مباشرة لذلك يكون الضرر الذي يصيب به الشخص غير المدخن مضاعف بالنسبة للشخص المدخن، حيث أنّ دراسات علمية كشفت أخيراً النقاب عن أضرار وسلبيات للدخان الذي ينفثه المدخن فيقدر بنسبة من معدل الكالسيوم الموجود في العظام بينما دلت الدراسة الحديثة أنّ الضرر يكون مضاعف عند الشخص الذي لا يدخن فتصبح عظامه أكثر هشاشة وليونة لذلك يجب على المدخنين أن يتفادوا الإصابة بهذه العوارض التي ستكون عواقبها وخيمة أكثر على غير المدخنين منه للمدخن نفسه.

والشيء الغريب المرتبط بالموضوع نفسه هو اشتراك العنصر الأنثوي بالغوص في هذا المستنقع المظلم وهي أيضاً لم تسلم من مضاعفاته الخطيرة التي هي أكثر إصابة بالأورام السرطانية منها عن الرجل، والجديد في هذا الأمر تدخين الشيشة بعذر أنّها أقل خطورة وضرراً من السيجارة وذلك أيضاً ينطبق على الرجل بل أقول لهم إنّ التفكير بهذا الشكل خال من الصحة وقد كُشف الستار أخيراً عن إحدى الدراسات التي تفيد أنّ تعميرة واحدة من معسل الشيشة يحتوي على مائة وخمسين سيجارة.. صدِّق أو لا تصدق هذا العدد المهول تستنزفه خلال تعميرة واحدة مقارنة بالشخص المدخن لمدة شهر واحد.

وهناك العديد من القرارات الدولية التي وصفتها أنّها تتطابق مع التوجه العالمي لمكافحة التبغ الذي يتسبب في وفاة ما يقارب خمسة ملايين شخص سنوياً من مختلف أنحاء العالم.

واعتبر ذلك قرار حظر التدخين في مواقف المطارات والأماكن العامة والمؤسسات الحكومية والمطاعم الراقية في أنحاء أوروبا وفرض عقوبات على المدخنين هو جزء من تطبيق الاتفاقية الإطارية لمكافحة التدخين التي وقعت عليها اليمن العام الماضي في جنيف عن أمله في اتخاذ المزيد من الخطوات في هذا الشأن ضد جميع الإعلانات الترويجية عن السجائر.

من ناحية أخرى أشادت منظمة الصحة العالمية بالقرار اليمني حول حظر التدخين في مواقف مطار صنعاء الدولي وبقرار السلطات اليمنية منع التدخين وفرض غرامة مالية على المدخنين الذين يخالفون هذا القرار ويرى قرار إدارة مطار صنعاء الدولي منع التدخين.

وفي الولايات المتحدة الأمريكية وبالأخص ولاية فرجينيا التي تعتبر أهم ولاية لزراعة التبغ ولوجود أكبر الشركات لصنع السجائر العالمية بها.

وسيصدر بذلك مجلس الشيوخ الأمريكي فيها قراراً لصالح قانون يحظر به التدخين في الحانات والمطاعم والأماكن العامة الأخرى حيث يوجد مقر شركة فيليب موريس عملاق صناعة التبغ.

ولذلك أقرت أول معاهدة عالمية ضد التدخين صدقت عليها أكثر من (١٩٠) دولة في مايو من عام ٢٠٠٣م حيث تشمل على قيود لحظر الإعلانات التجارية للسجائر على وسائل الإعلام بشكل نهائي تستهدف بهذا القضاء على هذه العادة السيئة والمضرة بالصحة والجسد.

ورفع الضريبية على منتجات التبغ وشن حملات على تهريب السجائر، بالإضافة إلى إجراءات أخرى حيث يستدعي ذلك تحركاً دولياً فعالاً ومناسباً وشاملاً ضد هذه الآفة وآخر الدول الأوروبية التي حضرت التدخين أستراليا والنمسا وهولندا وفرنسا.

حيث تعرضت وزيرة الصحة النمساوية منذ أن أعلنت مؤخراً عن العزم على إرساء قوانين جديدة للحد من التدخين في كثير من الأماكن وتنظيمه قانوناً في مواقع أخرى.

وإزاء ذلك يعتقد خبراء مختصون أنّ التهديدات هذه قد تكون من مدخنين على التدخين أو حتى من غير المدخنين وبالأخص أصحاب الشركات النمساوية للتبغ والذين أحسوا منها تهدد تجارتهم.

وأثبتت عدداً من الدراسات في أحدث دراسة علمية بأنّ أكثر من ٧٥٪ من حالات الوفاة المفاجئة بسبب التدخين الذي أجراها معهد القلب القومي وجهات علمية أخرى تؤكد أنّ التدخين هو السبب الرئيسي للوفاة المفاجئة وأمراض القلب و٨٠٪ من سرطانات الرئة و٦٨٪ من سرطانات المثانة والأرقام تشير إلى خطر التدخين لم يقتصر فقط على المدخنين لكنه طال الجميع وبقوة ومن دون استثناء.

وهذا الكابوس القاتل المتخفي بصورة السيجارة يقي على ضحيته ببطء شديد لذلك عمدت أن أدق ناقوس الخطر لكي يستفيق من هم قابعون داخل الغيبوبة المليئة بالموت.

أزمة المياه تهدد دول ومجتمعات بالكوارث

ثمة مفارقة ستغدو في المستقبل مشهداً لأخطر الأزمات في تاريخ البشرية وسيقف علماء الاجتماع والاقتصاد والسياسة بدهشة لما هو تأثير المياه على المجتمعات هل حقاً سيقاس حضارة وتقدم بلد ما بقدرته على تأمين الحد الطبيعي للاستهلاك فمجموعة بلدان الغربية المتقدمة، التي لا تمثل سوى ١٢٪ من سكان العالم، تستهلك ٨٥٪ من إجمالي حجم المال المستهلك سنوياً في العالم، فالمواطن الأمريكي يستهلك ٧٠٠ ليتر من الماء يوميا بينما يتدنى استهلاك المواطن الأفريقي إلى ٣٠ ليتر سنويا، ويذكر أن استهلاك الماء للاستعمال المنزلي في الدول الصناعية ٢٣٪ والزراعية ٣٢٪ والصناعة ٤٥٪ من إجمالي الاستهلاك أما البلدان النامية الكبرى مثل الهند والصين والمكسيك هو للزراعة، ٩٠٪ مقابل ٦٪ للصناعة و٤٪ للاستعمال المنزلي من إجمالي الاستهلاك واعتبر المدير العام لليونسكو كويشيرو ماتسورا أن شح المياه هو أكبر خطر يهدد الكرة الأرضية، ويتوقع خبراء المنظمة الدولي أن تتناقص حصة الفرد من المياه بنسبة ٨٠٪ على مدى جيل (٥٠) عاماً ويشير تقرير الأمم المتحدة أنه بحلول عام ٢٠٥٠ سيكون نصف سكان العالم ٩,٣ مليارات نسمة في خطر عدم الحصول على المياه وأن ١,٨٦ مليار في ٤٩ دولة هي الأقل نمواً في العالم لن يحصلوا إلا على أقل من ٥٠ ليتر يومياً وأن ٥٤٪ من المياه العذبة تستغل اليوم وستكون النسبة ٧٠٪ في ٢٠٢٥ وأن النمو المدني سيكون عامل ندرة وتلوث للمياه.

وطبقا لتقديرات الأمانة الدولية للماء، أن ربع البشرية اليوم أي نحو ١,٥ مليار نسمة، لا منفذ لهم إلى ماء الشرب الصحي كما أن أكثر من نصفها، أي نحو ٣,٥ مليار نسمة لا منفذ لهم إلى خدمات الصرف الصحي ولا يستفيدون من أية معالجة للمياه المستعملة.

وأكثر الأوضاع إنذاراً بالخطر وضع أفريقيا، فنصف سكانها الذي يربو تعدادهم اليوم على ٨٦٥ مليون نسمة معرضون لأمراض ذات صلة، من حيث منشأها، بالماء، فثمانون مليون أفريقي معرضون للإصابة بالكوليرا، والعدد المسجل رسمياً لحالات الإصابة بالتيفوئيد هو ١٦ مليون إصابة سنويا. وطبقاً لتقديرات منظمة الصحة العالمية فإن ١٥ مليون شخص في العالم يموتون سنوياً من جراء الشرب من ماء غير صالح للشرب وبمعدل ١٤٠٠ حالة وفاة يوميا، و٤ ملايين طفل يموتون قبل بلوغ السنة الثانية عشرة، ففي كل ثماني ثوان يموت طفل؟!!