آفة القات وعادة تناوله في المجتمع اليمني

المرأة أصبحت تنافس الرجل في تعاطي القات وتتفنن في مجالسه

كثير من أبناء أفقر الأسر في اليمن ينفقون أكثر من نصف دخلهم على تخزين القات

مضغ القات والذي يعرف بالـ(تخزين) عادة في المجتمع اليمني ولا يختلف عليها اثنان بل تزايدت اتساعاً وانتشاراً بين مختلف الشرائح الاجتماعية والأعمار المختلفة.

وبالرغم من أن أغلبية المواطنين يتحدثون عن فائدة القات من الناحية الاجتماعية من خلال تقوية الروابط والصلات الاجتماعية ولم الشمل، مع ذلك يجب ألا ننسى أن للقات جوانب سلبية باعتباره السبب الرئيسي في التفكك الأسري عندما يغيب أحد الوالدين عن المنزل فيهمل أولاده ولا يشاركهم متعة المرح معهم ومساعدتهم في دروسهم بسبب انشغاله بتناول القات مع أصدقائه وأقربائه وقضاء أغلب الوقت معهم، إضافة إلى هدره أموالاً طائلة في شراء القات على حساب الأسرة والأولاد.

لا توجد أدلة كافية تشير إلى أن مضغ القات يسبب مشاكل صحية!

80 % من الرجال و60 % من النساء في اليمن يتناولون القات

تفكير من خارج الوطن بافتتاح مشاريع تخص البن اليمني وأبناء الوطن يفكرون بتعاطي القات

استطلاع / دنيا هاني

وفي العام الماضي قامت الناشطة في مكافحة القات ومؤسسة نادي (أصدقاء بلا قات) هند الارياني بتشجيع اليمنيين على الإقلاع عن عادة تخزين القات. ونجحت هند التي تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي أيضاً مثل (تويتر) و(فيسبوك) في وضع قضية القات على قائمة القضايا الوطنية وحشدت دعماً كبيراً بين الشباب من أجل فرض حظر تام على القات.. «الهدف الكبير من الموضوع تكوين مجتمع مصغر لغير المتعاطين للقات ومع مرور الوقت يكبر هذا المجتمع».

فبحسب إحصاءات يتناول القات نحو 80 % من الرجال و60 % من النساء، فيما يتزايد تعاطي الأطفال للقات دون سن العاشرة. فيما تنفق الأسر الفقيرة أكثر من نصف دخلها على تناوله.

ولأن المرأة أصبحت تنافس الرجل في تعاطي القات وتتفنن في مجالسه من حيث الاهتمام بترتيبه والروائح الطيبة التي تعبق في أرجائه (البخور والعطور بأنواعها)، ولتسليط الضوء أكثر عليها وخاصة فئة الفتيات لمعرفة الأسباب التي أدت إلى تفشي تعاطي القات بهذا الشكل اللافت للنظر بين النساء في مختلف الأعمار، قامت صحيفة (14 أكتوبر) باستطلاع لرأي عدد من النسوة وبعض المواطنين حول تعاطي القات في مجتمعنا والتعريف بمضاره وسلبياته.

فضول وتجربة

بدايتنا كانت مع الأخت فاطمة.أ (طالبة بالثانوية) التي قالت إنها بدأت تناول القات وهي في الصف التاسع وإن بداية تناولها كانت لمجرد الفضول والتجربة لأنها كانت تشاهد الكثير ممن تعرفهم يتناولونه وعندما جربت ذلك أعجبها واستمرت بتناوله حتى الآن بل تطور الأمر إلى شرب الشيشة أيضاً.

وتابعت كلامها: أتناول القات من خمس إلى ست ساعات وليس يومياً وإنما شبه يومي حينما أحصل عليه من بعض الصديقات وأحياناً لا أتعاطاه وأفضل الخروج مع صديقاتي للتنزه.

وأضافت: جعلنا القات نجلس بالبيت ومنعنا من الخروج الكثير، مشيرة إلى نفسها وصديقاتها وأقاربها عندما تذهب عندهم بحجة المراجعة ويتناولن القات وقالت بأنه يذهب عنهن الضيق خاصة هموم الدراسة. ويجعلها تشعر أنها بعالم آخر بعيدة عن المشاكل ووجع الرأس ويلهيها بوقتها. أما بعد تناول فالقات لا يوجد أي تغيير مثل ما يحصل مع البعض بالعكس يجعلها تشعر بالجوع الشديد وبعدها تقوم بتناول الطعام.

واستطردت فاطمة: لا يعتبر تناول القات إدماناً هو مجرد تعود لا أكثر ونستطيع التوقف عنه بأي وقت. وأضافت: الوالد والوالدة يتناولانه ولكن ليس لديهما أي علم عن تناولي له لأني أتناوله عند صديقاتي أثناء المراجعة ونخصص يوماً للتجمع.

وأتمنى لو أن باستطاعتنا أن نقلع عن تناول القات والأهم من ذلك أن يقرر مجتمعنا عدم تناوله لأنه صعب التوقف عنه إلا بتكاتف جماعي. وعندي نصيحة لكل الذين لم يبتلوا بالقات بعد، ألا يقوموا بتجريبه خاصة شبابنا لأن أغلبهم ظروفهم صعبة ولا تسمح في شرائه والقات يحتاج ميزانية ويستنزف مصاريف ووقتاً ومالاً ولا أنصحهم بتعاطيه.

مجتمع مدمن عليه

وقالت أم نبيل: بدأت تناول القات منذ خمس سنين تقريباً وبداية تعلمه كانت مع زوجي وكان لمجرد التسلية لا أكثر وتضييع الوقت وإرضاءً له، وفي الحقيقة في بادئ الأمر لم أشعر بشيء عند تناوله بينما أغلبهم أخبروني بأنهم يتأثرون به ويغير مزاجهم وبالرغم من أني لا أحبذ شراء القات وأحصل عليه من أخوتي وأقربائي وحالياً تعتبر شرائح كثيرة من الشعب تتناول القات، صغيرة وكبيرة لكن بالنسبة لي أصبح تناوله عادة ككل المجتمع.

وأضافت قائلة: حتى بعد طلاقي استمريت في تعاطيه لأن الفائدة الوحيدة فيه أنه يلزمك بالجلوس بالبيت ويساعدنا في تضييع الوقت. وأتمنى أن أمتنع عنه لكن لو تزوجت، فأنا عندي قناعة أن القات يحتاج مصاريف وميزانية خاصة وكثير من البيوت تدمرت بسببه وأخرى أضاعت أبناءها بسببه ويعتبر القات خراباً لاقتصاد البلاد.

واختتمت حديثها: أتمنى أن تزال شجرة القات ويزرعوا بدلاً عنها محاصيل تفيد البلاد ونستفيد منها لأن القات أصبح بمجتمعنا كالإدمان لا يمكن الاستغناء عنه وسأحاول الإقلاع عنه لأنه بالفعل يسبب أمراضاً كثيرة أخطرها السرطان.

مجرد عادة

من جانبها قالت أم محمد (ربة بيت): بالنسبة لي أتعاطى القات منذ عشرين سنة وفي البدء كنت رافضة الفكرة ولكن مع الإصرار من بعض الأقارب جربته وتعودت عليه وإلى الآن لم أستطع التوقف عن تعاطيه لأننا نعيش في مجتمع أصبح تعاطي القات فيه عادة مجتمعية لا غنى عنها.

وتابعت: وقت القات أشعر بالراحة وأعيش يومي لكن بعد ما أخرجه أشعر بحزن واليوم الذي لا أتناول فيه القات أشعر بضيق وعصبية وأبدأ بالبحث عنه. ومع هذا أحاول التخفيف منه وأقلل ساعات تناوله لأني أتعب من جلوسي الطويل أثناء تناوله وأصبت بسببه بمرض (التهاب بالصدر وضيق تنفس) وأتمنى الإقلاع عنه لأنه ليس له فائدة ويحرم الشخص النوم ويقلل الشهية.

وتمنت بالآخر أن تزول شجرة القات ويزرعوا مكانها فاكهة يستفيد منها الصغير والكبير.

نوع من أنواع المخدر

وعبرت الخالة سامية (مقلعة عن القات) عن رأيها قائلة: كنت أتناول القات من فترة طويلة بعد ذلك أقلعت عنه لفترة 8 سنوات ورجعت له فترة والآن أقلعت عنه بشكل نهائي فقد كان القات بالنسبة لي مزاجاً لا أكثر وليس له أي فائدة على العكس مضاره أكثر وعند تناوله أتعب بزيادة خاصة أني أعاني من السكر والضغط وأمراض العظام ونصحني الدكتور بألا أتناول القات لأنه يزيد ألمي صحيح أنه وقت تناوله أشعر بالراحة والتحسن لكن بعد الانتهاء من مضغه أتعب أكثر ولهذا وبعد قناعة قررت الامتناع عن تناوله نهائياً. لأن القات مضر صحيا ومدمر للمال والمال الذي ننفقه على شرائه حرام فيه وعوضاً عنه علينا أن نشتري شيئاً ينفع ويفيد.

وأضافت: القات نوع من أنواع المخدر للجسم ويقال بأنه يسبب أمراضاً كثيرة مستقبلاً فلماذا عندما أعرف أضراره وسلبياته أتناوله؟. لهذا أنصح الناس أن يعوا جيداً مضار هذه الآفة ويمتنعوا عن تناولها، صحيح أنها أصبحت عادة من عاداتنا ومعظم أفراد المجتمع اليمني يتناوله لكن علينا أن نحاول الإقلاع عنه وأتمنى أن تكون هناك برامج توعية للناس لمضار تناول القات.

القات والوهم

أما الأخت ليلى فقالت: زوجي يعاني من بعض المشاكل النفسية وقد نصحه الطبيب بالإقلاع عن تناول القات لأنه يضر بصحته ويؤخر مفعول الدواء ولكنه للأسف يرفض الاستماع إلى نصائح الطبيب ويصر على تناوله لأنه يضيع له الوقت ويجعله هادئاً نسبياً ويتكلم بشكل طبيعي لكن بعد القات يتغير ويدخل في عالم آخر.

وأردفت: أتمنى أن تتم إزالة هذه الشجرة الوهمية التي دخلت بيوت الكثيرين وأن شاء الله يصل زوجي إلى قناعة منه ويدرك أن لا فائدة فيه وأنه ضار بالصحة والمال، ونصيحتي لكل الشباب أن يحذروا من القات فربما يقودهم في ظل هذه الظروف إلى الهاوية، لأن القات يحتاج إلى ميزانية خاصة وهم يعتبرون في بداية حياتهم والأفضل لهم أن يركزوا على بناء مستقبلهم ويدركوا مضار القات وسلبياته وعليهم أن يجدوا طريقة مثلى لاستغلال طاقاتهم بأشياء مفيدة لأنفسهم ومجتمعهم غير القات والشمة والتمبل التي ابتلي بها أغلبية الشباب.

يضر باقتصاد البلد

أما الأخ أبو عياش (متقاعد) فقال: أنا والحمد لله لا أتناول القات لأنه مضر بالصحة وفيه إهدار للمال ويسبب البكتيريا والديدان بسبب رشهم للمبيدات إضافة إلى أمراض أخرى تضر الجسم، ومن سلبياته أنه يفقد الشهية للأكل وعدم تناولي للقات يعتبر قناعة مني فمضاره أكثر من فائدته حتى أنه يضر باقتصاد البلاد. وبنظري القات سبب في انهيار للبيوت ومن يتعود عليه يجد صعوبة في الإقلاع عنه. وأضاف والحمد لله أفراد أسرتي لا يتناولون القات ودائماً أدعو لهم بأن ربي لا يبتليهم به.

وتابع: الامتناع عن تناول القات يأتي من قناعة كاملة لدى الأفراد ولا يستطيع أحد النصح بالإقلاع عنه ولكني أتمنى أن يهدي الله الجميع ويعرفوا مضاره ويقتنعوا بأنه لا فائدة من تناوله ومدى استنزافه للصحة والوقت والمال. ونصيحتي للشباب الذين في بداية حياتهم أن يحاولوا تجنب تناول القات ويبتعدوا عنه وأن يفكروا ببناء مستقبلهم بعيداً عنه. وأتمنى أن تزال شجرة القات وتزرع مكانها محاصيل مفيدة للإنسان مثل الفواكه وتزدهر شجرة البن والمحاصيل التي نستفيد منها.

جولة خارج أرجاء الوطن ماذا لنا غيره في اليمن!

قال الأخ أبو صالح مغترب بالمملكة العربية السعودية: عندما كنت أعيش في اليمن كنت أتناول القات لكن بعد ما سافرت خارج اليمن ابتعدت عنه وانشغلت بأمور أخرى كالعمل فقط ومع ذلك هذا ما يمنع أنه عندما آتي في زيارة إلى اليمن أرجع أتناول القات مع أصدقائي لأنه من المستحيل أن تزور اليمن ولا تتناول القات خاصة مع الأصدقاء والأقارب ولأنها عادة تعودنا عليها وتجعلنا مجتمعين بعضنا مع بعض.

وأضاف: مع أن القات له مضار وسلبياته كثيرة وقد عانيت منه مؤخراً وأصبت بمرض بالكلى ومنعني الدكتور من تناوله لكن ماذا نعمل عندما نأتي إلى اليمن لا بد لنا من تناوله ونرجع للعادة نفسها ولكني أتمنى أن تكون هناك حملة توعية للحد من زراعته وأتمنى في المستقبل أن تزدهر اليمن بمحاصيل أخرى مفيدة تنفع المجتمع وترفع من اقتصاده.

أكثر شيء نفتقده في الغربة

أما الأخت (س.د) وأختها (غ.د) فقالتا: صحيح أنه في الإمارات لا يوجد قات ولكن هناك بديل مؤقت عنه وهي الشيشة فهي تغنينا عنه حتى نأتي إلى اليمن زيارة في الإجازة الرسمية ونمكث (3) أشهر وأول شيء يستهوينا مضغ القات ونضطر لإرسال أحد الأقارب لشرائه ونتناوله وكأنه لنا سنين لم نتناوله فهو كيف ومزاج خاص عندما ننزل لليمن.

وأضافتا: لا نريد الإقلاع عنه لأننا نتناوله كل فترة وفترة وليس بشكل دائم يعني تستطيعين القول مجرد مزاج لا أكثر وبالطبع لا يوجد أحد يتخلى عن مزاجه.. (ولا أيش؟).

لمَ لا تجربين تناوله

وقالت أم أيمن من لندن: كما تعرفين أنا في زيارة لليمن وأكثر شيء نفعله هو زيارة الحبايب وطبعاً من الصعب أن نعود إلى اليمن دون أن نتناوله فهو عادة في بلادنا ولا يمكن لأحد يتناول القات ويعجبه أن يقلع عنه.

وأضافت: القات يجري بدمنا خلاص يا بنتي مضت سنوات ونحن نتناوله صحيح عندما نسافر ننساه ونبتعد عنه لكن أول ما تخطي أقدامنا مطار اليمن أول شيء نفكر به (هو). فصعب تنصحيني بترك القات بالعكس عادني بقولك جربيه وسوف تعرفين بقيمته.

جدل وخلاف

حسبما ذكرت صحيفة (الغارديان) البريطانية إن حيازة القات والاتجار به سيكون في حكم حيازة المخدرات والاتجار غير المشروع بها وأضافت أن عدم اتخاذ إجراءات حاسمة من شأنه أن يضع بريطانيا في خطر جدي لتصبح مركزاً إقليمياً للاتجار غير المشروع بالقات والذي سينتقل من ثم إلى بقية أوروبا وأمريكا الشمالية.

وناقش خبراء ومستشارو وزير الداخلية البريطاني تيريزا ماي مدافعين أن القات منبه عشبي خفيف تستخدمه كتقاليد في المجتمع البريطاني العائلات اليمنية والصومالية والأثيوبية وأنه لا توجد أدلة كافية تشير إلى أن مضغ القات يسبب مشاكل صحية، أو مشاكل على نطاق أوسع في المجتمع، لتبرير فرض حظر في بريطانيا، لكنها قالت بأنه من المخدرات ولا تراجع عن قرار الحظر وأكدت أن هناك خطراً جدياً من أن تصبح بريطانيا محوراً إقليميا للاتجار غير المشروع به، مؤكدة أن غالبية بلدان الشمال الأوروبي قد حظرت القات فيها.

وقال ماي: «الحكومة ستحظر القات حتى نتمكن من حماية الضعفاء من أفراد مجتمعاتنا وإرسال رسالة واضحة إلى شركائنا الدوليين والمهربين للقات أن المملكة المتحدة جادة بشأن وقف الاتجار غير المشروع بالقات».

وقال البنك الدولي إن واحداً من كل سبعة عاملين باليمن يعمل في انتاج وتوزيع القات الأمر الذي يجعله أكبر مصدر للدخل في الريف اليمني وثاني أكبر مصدر للوظائف بعد قطاعي الزراعة والرعي متجاوزاً حتى القطاع العام. وينفق كثير من أبناء أفقر الأسر في اليمن أكثر من نصف دخلهم على تخزين القات.

تأثيرات القات من الناحية الصحية

منذ عام 1973م أدرجت منظمة الصحة العالمية القات ضمن قائمة المواد المخدرة بعد ما أثبتت الأبحاث احتواء نبتة القات على مادتين مخدرتين وهما الـ(كاتينون) والـ(كاتينين). ويختلف تأثير القات من شخص إلى آخر وفقاً لعدة عوامل منها نوعية القات ومدة التعاطي وعمر الشخص المتعاطي. فهو لا يرفع القدرة الذكائية لدى متعاطيه ولكن يرفع حالته المعنوية فقط وهي حالة من الشعور الوهمي تنتهي بزيادة ضربات القلب والإحساس بالإرهاق والإجهاد وعدم القدرة على التركيز والانتباه أثناء الدراسة، أو العمل كما يؤثر القات على الجهاز الهضمي والدوري والتناسلي وله تأثيرات أخرى على الجهاز العصبي والتنظيم الهرموني.

وفي تصريحات عديدة لأساتذة المخ والأعصاب والطب النفسي يشن الجميع حملة شعواء على كل الأوهام المسيطرة على عقول البعض بشأن خواص القات وفوائده الدماغية حيث يعترفون مبدئياً باحتواء هذه النبتة على مواد مؤثرة في الغدد الصماء والهرمونات وتجعل الشخص مع مرور الوقت وتكرار التعاطي هزيلاً وضعيفاً بدنياً وصحياً بفضل المركبات الخطيرة التي تحتويها نبتة القات مثل الـ(أكاثينون) الذي يتحلل ويتحول إلى (أمفيتامينات) ضارة ضرر المواد المخدرة الشهيرة مثل (الحشيش) و(الكوكايين) وغيره الأمر الذي يكون معه المتعاطي قريباً جداً من حيز الإدمان وفقد السيطرة على وظائف الجسم المختلفة. وينبه الأطباء إلى تلك الخطورة البالغة التي يسببها تناول القات على الأجهزة الحيوية في الجسم كالقلب والرئتين والأوعية الدموية إذ يؤكدون على أن تناول القات يؤدي إلى ظهور ما يعرف بالخطر المضاد خاصة مرضى القلب وضغط الدم والرئة بمعنى أنه يتسبب في تنشيط عوامل مضادة تمنع الأدوية والعقاقير من أداء دورها الطبيعي في مقاومة المرض في تلك الأجهزة حيث يحتوي القات على (40) مادة تساعد على مثل هذا النشاط المضاد لدور الأدوية والعقاقير.

ونظراً لتعاطي القات بالمضغ فإن تأثيره على أعضاء الجهاز الهضمي يبدأ من فتحة الفم وينتهي بفتحة الشرج وهنا وارد إصابة المتعاطي بسرطان الفم نتيجة لتأثر أغشية الفم بعملية المضغ والتفاعل معها بالإضافة للإصابة بالبواسير لأن تناول القات يؤدي إلى اضطراب في الهضم مصحوباً بإمساك مزمن نتيجة لبعض المركبات فيه، ويؤدي القات إلى فقد الرغبة في الطعام وعدم الإقبال على تناول الأكل بشهية ما ينعكس على الحالة العامة للجسم فيصاب بالضعف وسوء التغذية ويحذر من تأثير القات المدمر على صحة الكبد نظراً لما تخلفه مركباته من ترسبات ضارة وسموم في كبد الإنسان تؤدي في الغالب إلى تليف الكبد.

الاختيار والقرار لكم

الإقلاع عن القات يجب أن يكون قراراً عاماً من المجتمع وبالاقتناع قبل أن يكون قراراً خاصاً لما فيه من تداعيات مستقبلية قد تكون خطيرة من الناحية الصحية والاقتصادية والاجتماعية والبيئية فتفشي ظاهرة تعاطي القات أنتشر كثيراً بالآونة الأخيرة وذلك عندما أصبحت شجرة القات تنافس محاصيل زراعية أهمها شجرة البن التي أصبحت ومع مرور الأيام شحيحة لاتجاه أغلب المزارعين لتبديل شجرة البن وزرع شجرة القات مكانها لسهولة وسرعة نموها بالاستعانة بالمبيدات التي ترش عليها حتى تنمو سريعاً. فالاقتناع التام بمضار القات وتأثيراته السلبية على كل النواحي الصحية والاجتماعية والاقتصادية والبيئية هو السبيل الوحيد للحد من انتشاره وإضافة أعداد أخرى ربما في طريقها لتعاطيه والدخول في دوامته. وعجبت عندما علمت بوجود رجال أعمال ومستثمرين يريدون فتح مشاريع تختص بالبن اليمني لعلمهم بقيمته وجودته وأبناء البلد لا يفكرون إلا بتعاطي القات؟!..

وأخيراً نقول: عدم توفير بدائل تشغل شريحة المجتمع المهتمة بتناول القات بشكل يومي هو ما يجعلها تلجأ إليه كعنصر مهم (إدمان من نوع آخر). وهنا دور الإعلام وبرامج التوعية مهم للحد من تعاطي القات والتعريف بمضاره وسلبياته والحد من تفشيه وتعاطيه.. والخيار والقرار بالآخر يرجع لكم.