

دخانیات و بارداری

هر گونه مصرف دخانیات در دوران حاملگی برای زنان خطرناک است و جنین را در معرض خطرانی از جمله کاهش وزن هنگام تولد، مشکلات سیگار هم چنین ریسک عقیمی را تنفسی، ناتوانی های مغزی از جمله فلج مغزی، عقب ماندگی ذهنی و مشکلات یادگیری قرار می دهد. در زنان افزایش می دهد و باعث حاملگی نابجا (حاملگی خارج از رحم)، سقط جنین و اختلالات جفت می شود. نوزادان مادرانی که سیگار می کشند دوبرابر بیشتر از نوزادان مادران غیر سیگاری در معرض سندروم مرگ ناگهانی نوزاد قرار دارند. بچه های مادرانی که در طی بارداری سیگار می کشند هم چنین در معرض ریسک بالای مشکلات تنفسی مثل آسم قرار دارند و اکثراً دچار اشکالات یادگیری و مشکلات رفتاری نیز هستند.

در خیلی از موارد صراحتاً نمی توانیم بگوئیم این مشکلات با چه تعداد سیگار یا کدامیک از مواد شیمیایی موجود در تنباکو رابطه دارند بنابراین بهتر است که بگوئیم اصلاً سیگار نکشید و چون سیگار کشیدن دیگران هم می تواند برای زن باردار خطرناک باشد پس زنان باردار باید سعی کنند کمترین زمان را در کنار افراد سیگاری بگذرانند.

سیگار کشیدن والدین بر جنسیت جنین تاثیر دارد. کارشناسان معتقدند علت این امر نیز تاثیر مواد شیمیایی موجود در نیکوتین بر کروموزومهای مردانه اسپرم و تخریب آنها است، به همین دلیل اگر فرزند پسر و یا فرزند دختر سالم می خواهید سیگار نکشید، زیرا در صورت دختر شدن جنین، احتمال سرطان و ضعیف شدن سیستم بدنی او افزایش می یابد. ارتباط میان استعمال دخانیات طی دوران بارداری و تولد نوزاد مرده و یا مرگ پس از تولد امری آشکار و ثابت شده است.

با در نظر گرفتن طریقه هایی که در طی دهه های گذشته جهت آماده سازی خانم های باردار به منظور ترک سیگار انجام گرفت، به نظر می رسد که وجود مشکلات روانی یکی از موانع پابرجا در عدم موفقیت این افراد می باشد. میزان بالای افسردگی در میان خانم های باردار سیگاری می تواند بارقه هایی از امید برای رسیدن به روشی مطمئن در ترک سیگار این افراد و حفاظت از کودکان آنها را بوجود آورد. به عقیده متخصصین، خانم های بارداری که سیگار می کشند ولی ترک نمی کنند، در اصل از مشکلی مانند افسردگی یا اضطراب رنج می برند که معضل بزرگی جهت اقدام به ترک سیگار در این افراد می باشد.

برای این افراد بعضی درمان های رفتاری مانند رفتار با شناخت درمانی و درمان های حمایتی در کنار درمان های ترک سیگار ضروری است. به گفته محققان مشکلات سلامت روانی مانند اختلالات اضطراب و افسردگی در زنانی که در دوران بارداری خود سیگار می کشند شایع است و یکی از علل سیگار کشیدن آنها نیز می تواند همین امر باشد. متخصصین سلامت که روی زنان باردار سیگاری کار می کنند، باید بدانند که افسردگی و تشویش می تواند بزرگترین موانع بیماران آنان برای ترک سیگار باشد. برای این قبیل افراد استفاده از برخی روشهای درمان روانی مانند رفتار درمانی و یا درمان حمایتی بعلاوه یک برنامه متوقف کردن استعمال دخانیات می تواند به مراتب بهتر از یک برچسب ساده پوستی نیکوتین به درمان بیمار کمک کند.

استعمال دخانیات در دوران بارداری به دستگاه ایمنی بدن نوزادان آسیب می رساند. این آسیب ها علت شیوع بیشتر آسم و مشکلات تنفسی را در فرزندان مادران سیگاری روشن می کند. نوزادان مادران سیگاری بیشتر از فرزندان مادران غیرسیگاری به عفونتهای تنفسی مبتلا می شوند. دانشمندان علت این تفاوت را تغییرات در گیرنده های زیستی در دستگاه ایمنی بدن نوزاد می دانند که مسئول شناسایی و مبارزه با عفونتها و میکروبها است.

در تحقیقات قبلی نیز اختلالات مورد توجه در کودکان از جمله بیش‌فعالی با قرار گرفتن در معرض سرب و سیگار کشیدن در دوران بارداری مرتبط شناخته شده است. این مطالعه با تایید نتایج قبلی، نخستین برآوردها را در مورد میزان نقش عوامل محیطی ارائه می‌کند.

نتایج یک تحقیق جدید نیز نشان می‌دهد که سیگار کشیدن مادران باردار مهمترین و خطرناک‌ترین فاکتور سندرم مرگ ناگهانی نوزاد است که به تلف شدن کودک در داخل رحم مادر منجر می‌شود.

بررسی‌های علمی حاکیست نوزادانی که در رحم در معرض دود سیگار قرار می‌گیرند، میزان محرک‌های مغزی در آنها کاهش پیدا می‌کند. به گفته محققان؛ محرک‌های مغزی با افزایش هوشیاری، توان ماهیچه‌ای، ضربان قلب و تنفس در ارتباط هستند. بر اساس این تحقیق، دود سیگار، خواب جنین را مختل می‌کند. به گفته کارشناسان؛ ۱۵ تا ۲۵ درصد از زنان باردار در کشورهای غربی در دوران حاملگی سیگار می‌کشند که این آمار متخصصان را نگران کرده است

هرگز فراموش نکنیم که سیگار کشیدن نه تنها برای جنین مضر است بلکه خطرات زیر را برای فرد مصرف‌کننده سیگار دارد؛

بیش از ۴۰ عنصر سرطانزا در دود سیگار وجود دارد، احتمال سرطان ریه در افراد سیگاری ۲۲ برابر بیشتر از افراد غیر سیگاری است. طبق تحقیقات بی‌شماری که انجام شده است در صورت ادامه استعمال دخانیات توسط افراد سیگاری، احتمال مبتلا گشتن آنها به انواع سرطان‌های دیگر، از قبیل زبان، دهان، غدد بزاقی (۶ تا ۲۷ برابر)، سرطان بینی (۲ برابر بیشتر) گلو (۱۲ برابر)، مری (۸ تا ۱۰ برابر)، حنجره (۱۰ تا ۱۸ برابر)، معده (۲ تا ۳ برابر)، کلیه (۵ برابر)، کولون راست روده (۳ برابر) مثانه (۳ برابر)، آلت تناسلی مرد (۲ تا ۳ برابر)، لوزالمعده (۲ تا ۵ برابر)، مقعد (۵ تا ۶ مرتبه) وجود دارد.

گروه مهندسی بهداشت محیط و حرفه ای

معاونت بهداشتی - دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان