الباب الثالث

تأثير التدخين فى الجسم

هذا الفصل مدعم ببحوث وتجارب العلماء الذين لاشأن لهم بالمعارك الاجتماعية بين انصار التدخين واعدائه فقد جعلو ابحاثهم بمعزل عن هذا المعترك وجاءوا بالنتائج الآتية :

ليست مساوىء التدخين من البساطة بالقدر الذى يسمح له بكل هذا الذيوع والانتشار . بل هو فى الواقع عادة مستهجنة بشعة ، ولو أن ذيوعها بين الناس رفع الكثير من هذه البشاعة عن الانظار ، إلا أن ضرر التبغ أمر متفق عليه بين ثقات الباحثين لمنافاته لفطرة الخليقة ولما تحويه بعض عناصره من سم ناقع حتى لقد قرر أحد الباحثين أن مقدار النيكوتين الموجود فى سيجارة واحدة لو استخرج واكله كلب لهلك ، مع أن الكلاب من أقوى الحيوانات تحملا للسموم .

وانت لو أتيت بقطعة من القماش الابيض الناصع ونفخت عليها جزءا يسيراً من دخان التبغ لتغير لونها فى الحال الى أصفر قاتم ، ولو أنك عمـــدت إلى (غليون) أحد المدخنين وكسرته لهالك ماتجمع على جوانبه من قاذورات ولو حدثتك نفسك بأن تدنى تلك القاذورات من أنفك لانتابك دوار من أثر ما ينبعث منها من رائحة نتنـــة !!

فاذا كان هذا هو أثر الدخان فى الاجسام غير الحساسة فاظنك بأثره فى أنسجة الانسان الحيوية كالنسيج الرئوى مثلا ؟ !

ان الحيوان نفسه يهرب ويفزع إذا وصل إلى مجارى تنفسه جزء بسيط من الدخان فكيف بالانسان الذى هو أشف طبعاً وأقل احتمالا من الحيوان .

خط الدفاع الاول

المعروف ان الفم ومحتوياته هو خـــط الدفاع الاول للجسم وقوام هذا الخط اللســان والاسنان والحنجرة والبلعوم واللهاة والغدد اللعابية وهى كلها مبطنة بغشاء مخـــاطى شديد الحساسية .

وتتوقف صحة الجسم على سلامة هذه الاجزاء . لانتخابها نميز انواع المأكل والمشرب ونعرف الجيد منها والردىء . كما انها مصدر تنظيم اللعاب الذى يعمل على تحويل المواد النشوية الى دكسترين وسكر . وتيسير عمليتى المضغ والازدراد . وهذه وظائف كلها خطيرة الشأن . وعلم الوقاية يقضى بالا نمس هذه الاعضاء بسوء فما بالك والتدخين من اهم العوامل التى تفسد عليها هذا النظام فهو واضح التأثير على كريات اعصاب الغدد اللعابية وكريات الغشاء المخاطى . اذ يشلها ويبطل عملها . ويحدث بها اضطرابات والتهابات فيشعر المدخن بجفاف فى الحلق . واحيانا بغثيان اودوار او يتفصد جسمه بالعرق .

الجهاز الهضمى

هكذا ينهار خط الدفاع الاول للجسم . ويبدأ التدخين فى ضرب مواقع الخط الثانى . وهو الجهاز الهضمى . اذ أن الاضطراب الذى احدثه التدخين فى الغدد اللعابية يقلل من افرازها ويكون الجفاف الذى يتعذر معه المضغ الجيد والازدراد . وتفقد الشهية . ويتغير تفاعل اللعاب تدريجيا الى شبه حمضى . بعد ان كان قلويا . مما

يعطل وظيفة اللعاب التي هي تحويل النشويات الى دكسترين وسكر . وبذلك تنحدر النشويات الى المعدة غير مهضومة . فتسبب تلبكا واضطرابا فى عصير المعدة الهاضم فتزداد حموضته وقد ينتهى الى أحداث قرحة فى المعدة . او كما يقول الدكتور باركلى مونبهان «ان للتدخين اكبر اثر فى احداث قروح المعدة فهو يؤثر فى غدد المعدة فيزيد افرازها للعصارة التى تحتوى على حامض الهيدرو كلوزيك وتلك الزيادة لا تدعو الى تقرح المعدة فحسب . بل هى تقف حجر عثرة فى سبيل شفائها فى حالة الاصابة بها »

تقصير العمر

وهكذا تتوالى ضربات التدخين . وتزحف على سائر اعضا الجسم . فيحدث التصلب فى الاوعية ويرتفع ضغط الدم ويضطرب القلب وقد تحدث للمدخن الذبحة الصدرية نتيجة انقباض الشريان التاجى المغذى لعضلات القلب أو انسداده بتأثير التدخين . مما يؤدى بالمدخن الى الوفاة قبل ان يحين اجله .

ولقد قام الاستاذ ريموند بيرل بانشـــاء سجل خاص بجامعة (جون هوبكنز) بامريكا . سجل فيه ١٢٠ الف حالة للمدخنين . وأثبت كل ما يتعلق بصحتهم وامراضهم واخلاقهم وخلص بالنتيجة الآتيـة « يؤثر التدخين على حياة الانسان اثر أبالغا فتقصر حياة المدخن قصرا يتناسب مع كمية التبغ »

ونشر الاساتذة جان انكليش وفردريك دليوس وجوزف بركسن رسالة عن التبغ عرضوا فيها لدراسة احصائية اربعة آلاف حالة ثبت لهم فيها ان مرض اوعية القلب اكثر حدوثا بين المدخنين الذين دون الخمسين ويتضاعف ظهوره كلما نقص عمر المدخن . كما اجريت ابحاث فحص المرضى بجهاز رسم القلب الكهربائى لمعرفة اثر التدخين فى تموجات القلب . فاثبت الجهاز المذكور حدوث ظواهر مرضية فى رسم القلب .

وقد وصف مؤلفون كثيرون حالات كثيرة لمرضى يشكون من اضطرابات فى عصب القلب كالخفقان وتوقف دقات القلب وعدم انتظامها . واثبتت التجارب ان جميع هذه الاضطرابات تحسنت بعد ابطال التدخين .

والواقع ان علل القلب تجد مرعاها الخصب بين المدخنين . اذ ان التدخين يقلل من مقاومة الانسان لمرض السل ويشوش ضربات القلب ، وقد قرر الاطباء ان ٢٥ ٪ من المدخنين مصابون بالخفقان وعدم انتظام النبض .

الذبحة الصدرية وضغط الدم

قام بعض العلماء من امثال (رالى وايونها يمر) ببحوث عديدة لتفسير حدوث الذبحة الصدرية بعد التدخين . فوجدوا عند فحص حالة المرضى المتعرضين لهـــذه النوبة انه يحدث فى الدورة الدموية عندهم ضيق فى الاوعية الدموية . وكذلك فى الشرايين التاجية . كما يحدث ارتفاع فى ضغط الدم . وثبت ان جميع هذه الاعراض تظهر بعد التدخين .

وقد ذكر (وست) انه فى بعض حالات المدخنين من مرضى الشرايين الا كليلية كانت تحدث نوبات من الذبحة الصدرية تغيرات فى صورة القلب الكهربائية وسرعة فى عدد دقات القلب . وقد

وصف حالات من الذبحة الصدرية بعد التغالى فى التدخين . وقيل انه فى هذه الحالات تكون النوبات أكثر عنفا وايلاما من حالات الذبحة العادية . وتستمر لمدة اكثر .

وقد اجريت ابحاث كثيرة لاحصاء عدد المدخنين من بين المرضى الذين يشكون من ذبحة صدرية فوجد (جونسون) ان ٧٠ ٪ من ٦٠٠ مريض يشكون من الذبحة الصدرية كانوا مدخنين ويتفق فى هذا الرأى (انكليش) حيث وجد ان نسبة الذبحة الصدرية تزيد كثيرا فى المدخنين عنها فى سائر الناس . وخصوصا المدخنين الذين يقلون عن ٥٠ عاما .

سرطان الرئة

فى عام ١٩٥٤ تناقلت صحف العالم نبأ الكشف العلمى الجديد الذى يثبت وجود علاقة بين التدخين وبين سرطان الرئة . ولقد اثار هذا الكشف الخطير اول ما اثار شركات السجاير فحين اكدت الدوائر العلمية العلاقة الوثيقة بين ادمان التدخين واصابة المدخنين

بمرض سرطان الرئة . سـاد الذعر مئـات الملايين من المـدخنين فى شتى انحـاء العالم . وظهرت نتيجة هـذا الذعر بين يـوم وليـلة فى ايرادات الشركات التى تصنع لفائف التبغ . فمن المدمنين من بلغ به الجزع مبلغه فـكف عن التدخين فوراً . ومنهم من قلل من كمية السجائر التى يدخنها .

والحكومة البريطانية تحصل سنويا على اكثر من ٦٠٠ مليون جنيه كضريبة على الدخان . لذلك كانت فى مقدمة حكومات العالم اهتماما بالتأكد من صحـــة هذا الكشف العلمى فكلفت لجنة من كبار الاطباء المعروفين بالدقـــة العلمية . لدارسة الموضوع . وفرغت اللجنة من دراستها واخطرت المستر ما كلويد وزير الصحة البريطانى بان التدخين هو السبب الاول للاصابه بسرطـان الرئة وهو المرض الذي لاحظ الاطباء انتشـــاره بكثرة فى السنوات الاخيرة مما حدا بالاطباء الى دراسة عوامل ازدياده . فـــكانت النتيجة اكتشاف اثر التدخين فى سرطان الرئة . بعد ان ظل العلماء يتخبطون فى معرفة الاسباب التى تؤدى الى الاصابة بالسرطان . وفى فبراير سنة ١٩٥٤ صرح دكتور هوراس جورلس طبيب اول

مصحة لندن فى مؤتمر (امراض الاجهزة التنفسية) بان عدد ضحايا سرطان الرئة فى المنطقة التى يعمل فيها . قد زاد ثلاثة اضعاف عدد ضحايا السل واذا لم يهبط معدل الوفيات فان اكثر من مليون مدخن سيكونون من ضحايا سرطان الرئة فى السنوات الباقية من القرن العشرين)

هذا اهم ماجاء فى تصريحات الدكتور هوراس . وهى الى جانب تقارير كبار اطباء العالم تضيف انذاراً جديداً للمدخنين

سرطان الشفة

لما كان التدخين يزيد فى افرازات اللعاب فى مبدأ الامر ثم يحدث رد الفعل فينقصها . فأنه يترتب على ذلك تهيج غشاء الفم المخاطى وخشونته . فيحدث التهاب اللثة وجفاف الفم . ويؤدى فى احوال كثيرة الى اورام فى الشفة تعرف (بسرطان الشفة) واكثر مايصاب بهذا السرطان مدمنى التدخين المضابين بالزهرى

الضعف التناسلى و العقم

اتضح لنا الآن ان التدخين له اثر سيء على الحالة الجسمية فضلا عن تأثيره فى الحالة النفسية التى خصصنا لها فصلا قائما بذاته فى هذا الكتاب ؛ فمن الطبعى اذن ان يؤثر التدخين تاثيرا سيئا على قوى الانسان التناسلية التى تحتاج الى جسم سليم و نفسية سليمة ـ ولو تأثيرا غير مباشر ـــ فما بالك والعلم قد اثبت ان للتبغ تأثيرا مباشرا على القوى التناسلية والاخصاب فى الانسان واليك التجارب العلمية

١ ـــ حقنت فئران بمقادير بسيطة من النيكوتين فارتفعت نسبة العقم فيها ارتفاعا ملحوظا . وحتى من قدر لها ان تنسل منها . ظهر العقم فى سلالاتها

٢ ـــ ذكر (جا كمار) ان احد موظفى فابريقات التبغ التابعة للحكومة الفرنسية اصيب بالعجز التام عن الجماع . فلما استعفى من وظيفته وانقطع عن التدخين عادت اليه قواه التناسلية

٣ ـ فحصت المادة المنوية لشاب مدخن فوجدت عقيمة . فلما انقطع عن التدخين اعيد فحص مادته فوجدت مخصبة

٤ ــ لوحظ ان اكثرية من يشتغلون فى فابريقات الدخان تحدث لهم انواع مختلفة من الضعف التناسلى . وبعضهم ــ اذا انسلوا اطفالا ــ تموت ذريتهم فى مستهل حياتها.

٥ ــ ثبت ان النساء المشتغلات بمصانع التبغ ــ اذا قدر لهن الحمل ــ يلدن غالبا قبل الميعاد . او يحصل لهن (السقط) الاجهاض.

ونكتفى بهذه التجارب العلمية ونختمها بجملة (جونكور) التى قالها فى هذا الصدد :

توجد عداوة بين المرأة والتدخين . فمن احب طرفا منها فقد اضاع الطرف الآخر .

امراض الفم والاسنان

يغطى الدخان الاسنان بطبقة صفراء تشوه جمالها ، بل ان هذا الاصفرار يتكاثف فى كثير من الاحيان ، خصوصا اذا كان المدخن مهملا فى نظافة اسنانه ، فيكون طبقة سوداء ذات منظر قذر .

والتبغ ذو أثر كبير فى احداث المرض الذى يسمونه تسويس الاسنان . ولما كان التدخين يزيد فى افرازات اللعاب فى مبدأ الامر ؛ ثم يحدث رد الفعل فينقصها ؛ فانه يترتب على ذلك تهيج غشاء الفم المخاطى وخشونته؛ فيحدث التهاب اللثة وجفاف الفم ويؤدى فى احوال كثيرة الى اورام فى الشفة نعرف (بسرطان الشفة) وأكثر مايصاب بهذا السرطان مدمنى التدخين المصابين بالزهرى .

والتدخين يفسد غالبا حاسة الذوق فترى المدخن لايشعر بطعم الاكل كما يجب ؛ ولذلك يميل الى اكل التوابل والبهارات ، مما ينتهى به الى تلف الشهية للاكل .

وزيادة على تلف الاسنان فان رائحة فم المدخن لاتطاق. وكم من الزوجات يصارحن ازواجهن باشمئزازهن من الرائحة النتنة التى تنبعث من افواههم . حقيقة ان معظم الزوجات يمنعهن الحياء أو الخوف من التصريح بذلك ؛ الا أن تأففهن لايمكن ان يغيب عن بال الزوج الفطين عندما تستقبل الزوجة قبلاته وهى مكرهة .

السمع والبصر

ومن المشاهد أن المدخن عندما يفرط فى التدخين يشعر بألم فى الرأس يعقبه دائما ضعف أو التهاب فى الاذنين أوالعينين ، صحيح أنه فى أحوال نادرة يسبب التدخين العمى الكلى أو الجزئى ولكنه كثيرا مايضعف أعصاب الجهاز السمعى اضعافا تكون نتيجته فقدان السمع كليا ، أو جزئيا

ومن المؤكد أن بعض المدخنين يصابون بنوع من ضعف البصر (الاميليوبيا) وهذا الضعف يزول حالما يبطلون التدخين ثم يعاودهم بمجرد عودتهم للتدخين مرة أخرى

وكل من له دراية بعلم التشريح ، لايمكن أن يرى أدنى مبالغة فى تلك النتيجة للصلة الوثيقة بين الاعصاب التى تصل تلك الحواس بعضها ببعض

لماذا لا يموت المدخن ؟

اذا كان النيكوتين من المواد السامة الخطيرة . فلماذا لا يموت

ملايين المدخنين بالتسمم التبغى ؟

هذا هو السؤال الذى يحاول ان يخدع به نفسه كل مدخن . متحديا به الابحاث العلميه والاحصاءات والتجارب بل ان البعض يذهب الى ابعد من ذلك فيدلل على نظريته بانه يدمن التدخين سنوات عديدة ولم يشعر بأى ضرر صحى (هـــو طبعا يتجاهل الضرر المـادى) ويضرب لك الأمثال بأناس يسرفهم على شاكلته .

ولكن العلم قد أثبت أن بعض الناس لايظهر عليهم أثر السموم سريعا فهذا الصنف من الناس يدخل النيكوتين فى اجسامهم ويسرى فى دمائهم تدريجا ويتجمع شيئا فشيئا حتى يثور مرة واحدة منتهزا فرصة وقوع الجسم فريسة مرض من الامراض . فيضعف مقاومته حتى ليعجب الطبيب المعالج من شدة وطأة المرض وقوة مضاعفاته وأخيرا يعجز الطبيب عن انقاذ المريض فتحدث الوفاة .. ويقررون أن هذه الوفاة حدثت بالحمى الفلانية مثلا . وهم لو أنصفوا ورجعوا الى تاريخ حياة المتوفى لقرروا أنه مات نتيجة تجمع النيكوتين وسريانه فى الدم واضعاف مقاومة الجسم للمرض .

ان اغلبية المدخنين يموتـــون فعلا من التسمم التبغى . لان الموت ينجم من التسمم المزمن كما ينجم من التسمم الحاد سواء بسواء . ولو أن النتائج فى الحالة الاولى قد تتأجل سنوات طويلة فالمدخن الذى يموت قبل الاوان بعدة سنوات لاشك أنه ضحية للتسمم التبغى . كما لو انه مات فى الحال من جرعة نيكوتين كبيرة هذا الى جانب ماهو معروف من ان اجهزة الجسم لها خاصية اعداد نفسها لمقتضيات الاحوال لذلك يمكن ان تهيأ الجسم لقبول اى سم بالتدريج حتى يتمكن فى النهاية من ان يتقبل كميات كبيرة من هذا السم دون ان تظهر عليه آثاره الفتاكه العاجلة . ولكن هذه المقاومة لاتلبث ان تنهار وتسلم اعضاء الجسم راضخة مكرهة

لقد اتخذ البعض نظرية مقاومة الجسم للسموم لتبرير التدخين دون الخوف من الضرر ، ولو أن هذه النظرية كانت مطلقة كما يزعمون لكان معنى ذلك أن يقبل الناس على تعاطى الافيون بل والزرنيخ وسائر السموم بكميات تدريجية دون أى خوف

قتله التدخين

ولعل من انسب مايمكن أن نختم به هذا الفصل ماكتبه محرر مجلة الثقافة الصحية (الأمريكية) عن رجل أصيب بالتهاب حاد فى الخلايا الانفية فنصحه طبيبه بالاقلاع عن التدخين فورا فرضخ الرجل لمشورة الطبيب وسرعان مادبت العافية فى جسمه وتوردت وجنتاه ، وزالت عنه الاسقام، ولكنه للاسف عاد الى التدخين مرة أخرى ، وعاد النيكوتين يفتك به رويدا رويدا حتى وجدته زوجته ذات صباح فى فراشه جثة فارقتها الحياة

لقد قال هذ االرجل قبل موته (انى اعلم مافى التدخين من ضرر ولكن ماحيلتى والعادة اقوى من ان استطيع مغالبتها)

وهكذا راح المسكين ضحية عادة سخيفة . كان يستطيع لولاها ان يعيش صحيحا معافى . لانه من اسرة توارث افرادها طول العمر . وما زال افرادها الذين من سنه يعيشون حياة زاهرة. سعيده اما هو فقد لقى حتفه قبل الاوان بسبب عادة سخيفة غلبته على امره فلم تفلح الوراثة فى رد غائلة النيكوتين .