

مكافحة التدخين

# مكافحة التدخين



## ⊗ حملة الحكومات ضد التدخين

بدأت مكافحة الحكومات لعادة التدخين بعد فترة قصيرة من انتشارها بعد أن ظهر للمجتمعات سريعا بعض أضرارها الخطرة ..

واستمرت الدعوة إلى الإقلاع عن التدخين مستمرة بكل عزم حتى وقتنا الحالى .

ومن الدول التى كانت لها جهود فى محاربة التدخين قديما وحديثا، ما يأتى :

### ■ بريطانيا :

- فقد أصدر ملك بريطانيا "جيمس الأول" قانونا بمنع التدخين منعا باتا عام ١٦٠٤م ، وكان من أشد المحاربين لعادة التدخين .

وفى عام ١٩٦٢م أعدت بريطانيا مليون طابع بريد للدعاية ضد التدخين، كما أسست عيادات كثيرة لمساعدة الراغبين فى التخلص من التدخين .

### ■ فرنسا :

- حاربت الحكومة قديما التدخين بسجن وجلد كل من يدخن .

- أصدرت حديثا قانونا بحظر التدخين فى الأماكن العامة سنة ١٩٩٢ .

## ■ روسيا:

أصدرت قديماً قراراً بمنع التدخين عام ١٦٣٤، ولا تزال الحملة مستمرة.

## ■ كندا:

سنت قوانين لمنع بيع الدخان وصناعته .

## ■ الدانمارك - السويد - النمسا - المجر

أصدرت كل من الدول السابقة قوانين تحرم التدخين فى الأماكن العامة.

## ■ أمريكا:

قدم اتحاد المستهلكين فيها الاقتراحات التالية لمشروع عام لمكافحة التدخين:

- منع بيع السجائر لمن هم دون السن القانونية (١٨ - ٢١ سنة) .
- منع البالغين من التدخين فى الأماكن العامة .
- حظر استخدام الأجهزة الآلية التى تقدم علب السجائر عندما يدفع فيها قطعة من النقد المعدنى .
- زيادة الضرائب على السجائر .
- إجبار مصانع الدخان على وضع إعلانات مستمرة على علب السجائر تحذر من التدخين .
- إجبار أصحاب هذه المصانع على إعلان نسبة النيكوتين والقطران فيما يصنعونه .
- مراقبة الدعاية الخاصة بالدخان أو منعها .

- القيام بحملة دعائية مضادة للتدخين .
- توعية الطلاب وتعريفهم بأضرار التدخين .
- فتح عيادات خاصة لمساعدة المدخنين على الإقلاع عن التدخين .
- يحظر التدخين فى دور السينما والمسارح .

#### ■ دول أخرى :

ومنها: السويد وفنلندا وروسيا.

وفى مصر وضعت قوانين لحظر التدخين فى دور السينما والمسارح وعربات القطارات - كما فرضت رقابة على إعلانات الدخان ألزمت كل شركة بوضع عبارة تحذر من أضرار التدخين .

#### ■ اقتراحات أخرى لمحاربة التدخين ووقفة نهائية:

ورغم الوسائل التى انتهجتها الحكومات لمكافحة التدخين يتضح أن فاعليتها لوقف هذا الوباء القاتل لا تزال محدودة ..

وأن المسألة فى حاجة إلى اتخاذ إجراءات صارمة لمحو هذه العادة اللعينة من على سطح الأرض .. وهناك من يقترح اتخاذ الآتى :

- حظر زراعة التبغ تماماً .
- حظر صناعة السجائر وتحويل مصانعها لأشياء مفيدة ..
- منع الإعلان عن السجائر منعاً باتاً .
- منع الأطباء من التدخين فى المستشفيات والعيادات .
- منع التدخين فى الأماكن العامة والمؤسسات الحكومية خاصة التعليمية .

- منع استيراد وشراء وبيع الدخان .
- تنظيم حملات للدعاية المضادة وإظهار أضراره الفاسدة.
- محاربة التدخين على صفحات المجلات والجرائد .
- تأليف الكتب لبيان أخطار التدخين والتحذير منه .
- إدخال الدراسات الخاصة بالتدخين وأضراره فى مناهج التعليم وخاص للطلبة فى سن المراهقة .
- إدخال موضوع أضرار التدخين وحكم الإسلام فيه فى جميع سنوات الدراسة كتوعية دينية قومية .
- زيادة الضرائب على الدخان وبالتالى ارتفاع أسعار السجائر .





## حتى الشعراء .. يحاربون التدخين في اشعارهم!

هذا وقد امتد ذم التدخين والإفصاح عن أضراره إلى قصائد بعض الشعراء.

فيقول الشاعر مصطفى الحدرى<sup>(١)</sup> :

أتكرمنى بسيجار الدخان؟  
أصاحبها فيتركنى شبابى  
أيشعل عاقل بيديه ناراً  
سأهجوها بأشعارى وأبدي  
أدخلها إلى صدرى فأعيأ  
أأشربها وتشربنى سريعاً  
حرام أن تُضَيِّعَ العمر فيها  
نطيع نفوسنا فيها ونعصى  
وما فى شربها إلا هوانى  
يفارقنى ، ويجهل ما أعطانى  
ليحرق نفسه فى كل آن؟!  
لها كرهاً ويشتمها لسانى  
ويحنى الداء عود الخيرزان<sup>(٢)</sup>  
أأطعمها وتأكل من زمانى  
وتعلم أنها كالأفعوان  
نداء الله ، والسبع المثنانى<sup>(٣)</sup>

يقول الشاعر القديم فى قصيدته "يا شارب التنباك":

يا شارب التنباك ما أجراكا  
من ذا الذى فى شربه أفتاكا؟

(١) عن كتاب: حكم الدخان والتدخين لمحمد بن جميل زينو .

(٢) يقصد أن المرض يحنى جسمه وعوده .

(٣) يشير إلى القرآن ، والسبع المثنانى هى الآيات السبع لسورة الفاتحة .

أتظن أن شرابه مستعذب  
هل فيه نفع ظاهر يا فتى؟  
مضرة تبدو، وخبث روائح  
وفتور جسم، وارتخاء مفاصل  
وتلاف مال لا تجد عوضا له  
ورضيت فيه بأن تكون مبيدراً  
يكفيك ذما فيه أن جميع من  
فارق بنفسك، واتبع آثار من  
إن كنت شهماً فاجتنبه  
إني نصحتك، فاستمع لنصحتي  
وبذلت قولي ناصحاً لك يا فتى

أم هل تظن بأن فيه عزاكا؟  
كلا، فلا فيه سوى إيذاكا  
مكروهة ، تؤذى بها جلساكا  
مع ضيق أنفاس ، وضعف قواكا  
إلا دخانا قد حشى أحشاكا  
وأخو المبذر لم يكن يخفاكا<sup>(١)</sup>  
قد كان يشربه يود فكاكا  
أهداك، لا فيه قد أغواكا  
ولا تكن فى شربه مستتبعا لهواكا  
ونهيته، فاتبع قول من ينهاكا  
فعساك تقبل ما أقول عساكا



(١) أى ليس بخاف عليك أنه من إخوان الشياطين كما قال تعالى : "إن المبذرين كانوا إخوان الشياطين وكان

الشیطان لربه كفورا" - الإسراء

## المراجع العربية

- القرآن الكريم
- نشرات الأبحاث العالمية
- قتل النفس بالتدخين - للأستاذ حسن زكريا فليفل

## المراجع الأجنبية

- *Kick It! Stop Smoking In 5 Days – Judy Perlmutter.*
- *Stop Smoking & Start Living – Dr. M. Halayya.*
- *The Merck Manual Fourteenth Edition MSD.*
- *Curren Medical Diagnosis & Treatment – Lange Medical.*
- *Encyclopaedia Britannica.*