

الباب الثاني

تأثير التدخين في الجسم

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

ليست مساوية التدخين من البساطة بالقدر الذي يسمح له بكل هذا الذبوع والانتشار . بل هو في الواقع عادة مستهجنة بشعة ، ولو أن ذبوعها بين الناس رفع الكثير من هذه البشاعة عن الانظار ، إلا أن ضرر التبغ أمر متفق عليه بين ثقات الباحثين لمنافاته لفطرة الخلقة ولما تحويه بعض عناصره من سم نافع حتى لقد قرر أحد الباحثين أن مقدار النيكوتين الموجود في سيجارة واحدة لو استخرج واكله كلب لملك ، مع أن الكلاب من أقوى الحيوانات تحملاً للسموم .

وأنت لو أتيت بقطعة من القماش الأبيض الناصع وفتحت عليها
جزءاً يسيراً من دخان التبغ لتغير لونها في الحال الى أصفر قاتم ،
ولو أنك عمدت إلى (غليون) أحد المدخنين وكبرته لهالك
ما تجمع على جوانبه من قاذورات ولو حدثتك نفسك بأن تدنى تلك
القاذورات من أنفك لانتابك دوار من أثر ما ينبعث منها من
رائحة نتنة ۱۱

فاذا كان هذا هو أثر الدخان في الاجسام غير الحساسة فما ظنك
بأثره في أنسجة الانسان الحيوية كالنسيج الرئوي مثلاً ۱۲
ان الحيوان نفسه يهرب ويفزع إذا وصل إلى مجارى تنفسه
جزء بسيط من الدخان فكيف بالانسان الذى هو أشف طبعاً
وأقل احتمالاً من الحيوان .

خط الدفاع الأول

المعروف ان الفم ومحتوياته هو خط الدفاع الاول للجسم
وقوام هذا الخط اللسان والاسنان والحنجرة والبلعوم والتهية
والغدد اللعابية وهى كلها مبطنة بغشاء مخاطى شديد الحساسية .

وتتوقف صحة الجسم على سلامة هذه الاجزاء . لانتسابها نميز انواع
المأكل والمشرب ونعرف الجيد منها والردى . كما انها مصدر
تنظيم الاعصاب الذى يعمل على تحويل المواد النشوية الى دكسترين
وسكر . وتيسير عمليتي المضغ والازدرداد . وهذه وظائف كلها
خطيرة الشأن . وعلم الوقاية يقضى بالانحسار 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 بغشيان او دوار
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 والازدرداد . وتفقد الشهية . ويتغير
تفاعل اللعاب تدريجيا الى شبه حمضى . بعد ان كان قلويا . مما

يعطّل وظيفة اللعاب التي هي تحويل النشويات الى دكسترين وسكر . وبذلك تنحدر النشويات الى المعدة غير مهضومة . فتسبب تلبسا واضطرابا في عصير المعدة الهاضم فتزداد حموضته وقد ينتهي الى أحداث قرحة في المعدة . او كما يقول الدكتور باركلي مونيهان « ان للتدخين اكبر اثر في أحداث قروح المعدة فهو يؤثر في غدد المعدة فيزيد افرازها للعصارة التي تحتوى على جامض الهيدرو كلوزيك وتلك الزيادة لا تدعو الى تفرح المعدة فحسب . بل هي تقف حجر عثرة في سبيل شفائها في حالة الاصابة بها »

تقصير العمر

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

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

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

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

والواقع ان علل القلب تجدد 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 لهذه 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 الاكليلية كانت تحدث نوبات من الذبحة الصدرية تغيرات فى صورة القلب الكهربية وسرعة فى عدد دقات القلب . وقد

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

وقد أجريت أبحاث كثيرة لأحصاء عدد المدخنين من بين
المرضى الذين يشكون من ذبحة صدرية فوجد (جونسون) ان
٧٠ / من ٦٠٠ مريض يشكون من الذبحة الصدرية كانوا مدخنين
ويتفق في هذا الرأي (انكليش) حيث وجد ان نسبة الذبحة الصدرية
تزيد كثيرا في المدخنين عنها في سائر الناس . وخصوصا المدخنين
الذين يقولون عن ٥٥ عاما .

سرطان الرئة

في 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 السجائر حين اكدت
الدوائر العلمية العلاقة الوثيقة بين ادمان التدخين . واصابة المدخنين

بمرض سرطان الرئة . ساد الذعر مئات الملايين من المدخنين في شتى انحاء العالم . وظهرت نتيجة هذا الذعر بين يوم وليلة في ايرادات الشركات التي تصنع لفائف التبغ . فمن المدمنين من بلغ به الجزع مبالغه فكف عن التدخين فوراً . ومنهم من قلل من كمية السجائر التي يدخنها .

والحكومة البريطانية تحصل سنوياً على أكثر من ٦٠٠ مليون جنيه كضريبة على الدخان . لذلك كانت في مقدمة حكومات العالم اهتماماً بالتأكد من صحة هذا الكشف العلمي فكلفت لجنة من كبار الاطباء المعروفين بالدقة العلمية . لدراسة الموضوع . وفرغت اللجنة من دراستها واخطرت المستر ما كلويد وزير الصحة البريطاني بان التدخين هو السبب الاول للاصابه بسرطان الرئة وهو المرض الذي لاحظ الاطباء انتشاره بكثرة في السنوات الاخيرة مما حدا بالاطباء الى دراسة عوامل ازدياده . فكانت النتيجة اكتشاف اثر التدخين في سرطان الرئة . بعد ان ظل العلماء يتخبطون في معرفة الاسباب التي تؤدي الى الاصابة بالسرطان . وفي فبراير سنة ١٩٥٤ صرح دكتور هوراس جورلس طبيب اول

مصححة لندن في مؤتمر (امراض الاجهزة التنفسية) بان عدد ضحايا سرطان الرئة في المنظمة التي يعمل فيها ، قد زاد ثلاثة اضعاف عدد ضحايا السل واذا لم يهبط معدل الوفيات فان اكثر من مليون مدخن سيكونون من ضحايا سرطان الرئة في السنوات الباقية من القرن العشرين)

هذا اهم ما جاء في تصريحات الدكتور هوراس . وهي الى جانب تقارير كبار اطباء العالم تضيف انذاراً جديداً للمدخنين

سرطان الشفة

لما كان التدخين يزيد في افرازات اللعاب في مبدأ الامر ثم يحدث رد الفعل فينقصها . فإنه يترتب على ذلك تهيج غشاء الفم المخاطي وخشونته . فيحدث التهاب اللثة وجفاف الفم . ويؤدي في احوال كثيرة الى اورام في الشفة تعرف (بسرطان الشفة) واكثر ما يصاب بهذا السرطان مدمنو التدخين المضايين بالزهرى

الضعف التناسلي والعقم

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

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

٢ - ذكر (جاكار) ان احد موظفي فابريقات التبغ التابعة للحكومة الفرنسية اصيب بالعجز التام عن الجماع . فلما استعفى من وظيفته وانقطع عن التدخين عادت اليه قواه التناسلية

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

٤ - لوحظ أن ا كثرية من يشتغلون في فابريقات الدخان تحدث لهم انواع مختلفة من الضعف التناسلي . وبعضهم - اذا انسلوا اطفالا - تموت ذريتهم في مستهل حياتها .

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

ونكتفي بهذه التجارب العلمية ونختتمها بجملة (جونكور) التي قالها في هذا الصدد :

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

امراض الفم والاسنان

يغطي الدخان الاسنان بطبقة صفراء تشوه جمالها ، بل ان هذا الاصفرار يتكاثر في كثير من الاحيان ، خصوصاً اذا كان المدخن مهملًا في نظافة اسنانه ، فيكون طبقة سوداء ذات منظر قذر .

والتبغ ذو أثر كبير في أحداث المرض الذي يسمونه تسويس الاسنان ، ولما كان التدخين يزيد في افرازات اللعاب في مبدأ الامر ؛ ثم يحدث رد الفعل فينقصها ؛ فانه يترتب على ذلك تهيج غشاء الفم المخاطي وخشونته؛ فيحدث التهاب اللثة وجفاف الفم ويؤدي في احوال كثير الى اورام في الشفة نعرف (بسرطان الشفة) وأكثر ما يصاب بهذا السرطان مدمني التدخين المصابين بالزهرى . والتدخين يفسد غالبا حاسة الذوق فترى المدخن لا يشعر بطعم الاكل كما يجب ؛ ولذلك يميل الى اكل التوابل والبهارات ، مما ينتهي به الى تلف الشهية للاكل .

وزيادة على تلف الاسنان فان رائحة فم المدخن لا تطاق . وكم من الزوجات يصارحن ازواجهن باشمئز ازهن من الرائحة النتنة التي تنبعث من افواههم . حقيقة ان معظم الزوجات يمنعن الحياء أو الخوف من التصريح بذلك ؛ الا أن تأففهن لا يمكن ان يغيب عن بال الزوج الفطين عندما تستقبل الزوجة قبلاته وهي مكرهة ..

السمع والبصر

ومن المشاهد أن المدخن عندما يفرط في التدخين يشعر بألم في الرأس يعقبه دائماً ضعف أو التهاب في الاذنين أو العينين ، صحيح أنه في أحوال نادرة يسبب التدخين العمى الكلى أو الجزئي ولكنه كثيراً ما يضعف أعصاب الجهاز السمعى اضعافاً تكون نتيجته فقدان السمع كلياً ، أو جزئياً

ومن المؤكد أن بعض المدخنين يصابون بنوع من ضعف البصر (الاميلوبيا) وهذا الضعف يزول حالما يبتلون التدخين ثم يعاودهم بمجرد عودتهم للتدخين مرة أخرى وكل من له دراية بعلم التشريح ، لا يمكن أن يرى أدنى مبالغة في تلك النتيجة للصلة الوثيقة بين الاعصاب التي تصل تلك الحواس بعضها ببعض

لماذا لا يموت المدخن ؟

إذا 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 العلمية والاحصاءات والتجارب بل ان البعض يذهب الى ابعد من ذلك فيدال على نظريته بانه يدمن التدخين سنوات عديدة ولم يشعر بأى ضرر صحى (هو طبعا يتجاهل الضرر المادى) ويضرب لك الأمثال بأناس يمصرفهم على شاكلته .

ولكن العلم قد أثبت أن بعض الناس لا يظهر 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 يموتسون فعلا من التسمم التبغى . لان الموت ينتجم من التسمم المزمن كما ينتجم 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 ما هو 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 الفتاكة العاجلة . ولكن هذه المقاومة لا تلبث 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 والزرنىخ وسائر السموم بكميات تدريجية دون أى خوف

قتله التدخين

ولعل من انسب ما يمكن أن نختم به هذا الفصل ما كتبه محرر مجلة الثقافة الصحية (الأمريكية) عن رجل أصيب بالتهاب حاد في الخلايا الانفية فنصححه طبيبه بالاقلاع عن التدخين فورا فوضع الرجل لمشورة الطبيب وسرعان ما دبت العافية في جسمه وتوردت وجنتاه ، وزالت عنه الاستقام ، ولكنه للأسف عاد الى التدخين مرة أخرى ، وعاد النيكوتين يفتسك به ويبدأ ويبدأ حتى وجدته زوجته ذات صباح في فراشه بجثة فارقتها الحياة

لقد قال هذا الرجل قبل موته (اني اعلم ما في التدخين من ضرر ولكن ما حيلتي والعادة اقوى من ان استطيع مغالبتها) وهكذا راح المسكين ضحية عادة سخيصة . كان يستطيع لولاها ان يعيش صحيحا معافى . لانه من اسرة توارث افرادها طول العمر . وما زال افرادها الذين من سنه يعيشون حياة زاهرة . سعيدة اما هو فقد لقي حتفه قبل الاوان بسبب عادة سخيصة غلبته على امره فلم تفجح الوراثة في رد عائلة النيكوتين .