

وفيما يلي قائمة بأكثر الدول العربية من حيث عدد الإصابات الإجمالية:

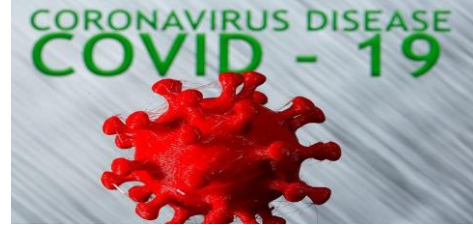
الدولة	وفيات	إصابات
العراق	15930	1136917
الأردن	9226	723069
الإمارات	1629	544931
لبنان	7586	535181
المغرب	9098	514817
السعودية	7147	432269

المصدر: يعتمد إحصاء رويترز على بيانات وزارات الصحة والمسؤولين الحكوميين حتى الساعة 22:00 بتوقيت غرينتش 17 :. مايو 2021

اليوم العالمي لمكافحة التبغ

يحتفل العالم في 31 أيار مايو من كل عام، حيث أقرت الدول الأعضاء في منظمة الصحة العالمية اليوم العالمي لمكافحة التبغ في 1987. وهي المناسبة التي تسعى للفت النظر العالمي نحو الآثار السلبية والضارة للتبغ والتدخين وآثاره السيئة على الصحة العامة وتذكير الشعوب بالمخاطر التي يسببها التدخين سواء على حياة الأفراد أو

كورونا حول العالم



أظهر إحصاء لروترز أن أكثر من 162.71 مليون نسمة أُصيبوا بفيروس كورونا المستجد على مستوى العالم، في حين وصل إجمالي عدد الوفيات الناتجة عن الفيروس إلى ثلاثة ملايين و512115. وتم تسجيل إصابات في أكثر من 210 دولة ومنطقة منذ اكتشاف أولى حالات الإصابة في الصين في ديسمبر 2019.

وفيما يلي قائمة بالدول العشر الأكبر إصابات:

الدول	وفيات	إصابات مؤكدة
الولايات المتحدة	585994	32996953
الهند	270284	24684077
البرازيل	434715	15586534
فرنسا	107616	5877787
تركيا	44537	5106862
روسيا	255345	4940245
بريطانيا	127679	4450777
إيطاليا	124156	4159122
إسبانيا	79339	3604799
ألمانيا	86110	3595204

ففي 31 أيار 2008 دعت المنظمة الدولية لحظر تام ونهائي على اعلانات السجائر، حيث قالت المنظمة أن الدراسات أثبتت أن هناك علاقة قوية بين اعلانات منتجات التبغ والسجائر وبين بداية التدخين.

ومما يدعوا للقلق تلك الآثار الصحية السيئة للتدخين والناجمة عن استهلاك التبغ وضرره على صحة الإنسان. تركزت البحوث الوبائية خاصة على تدخين التبغ والذي درس على نطاق واسع أكثر من أي شكل آخر من أشكال الاستهلاك. في القرن العشرين مات 100 مليون شخص جراء ممارسة التدخين، وبذلك يعد التدخين أكبر وباء مسبب للموت عالمياً، كما أن استهلاك التبغ يؤدي عادةً إلى أمراض القلب والالتهاب وأمراض الرئتين وهو عامل خطر لإحداث النوبات القلبية والجلطات والانسداد الرئوي المزمن والسرطانات خاصة الرئة والحنجرة والبنكرياس. كما يؤدي إلى أمراض في الأوعية الدموية الطرفية والضغط العالي. ويعتمد التأثير على مدى الأعوام التي قضاها المدخن في التدخين وكمية التبغ. كذلك فإن التدخين السلبي يلعب دوراً خطيراً

على النواحي الاقتصادية للأسر والمجتمعات معا أو حتى على الثروات الحرجية والمحاصيل الزراعية التي تتعرض للحرائق بفعل لفاقة تبغ يلقيها عابث وتفعيل إجراءات المكافحة والسيطرة على هذا الوباء الخطير. ويستهدف هذا اليوم تخفيض نسبة 5.4 مليون حالة وفاة سنويا من جراء أمراض متعلقة بالتبغ والتدخين بشكل أو بآخر. ومنذ 1988 قدمت منظمة الصحة العالمية أكثر من جائزة في اليوم العالمي لمكافحة التبغ إلى منظمات وأشخاص قدموا اسهامات استثنائية وفعالة لغرض مكافحة التبغ.



استخدام التبغ بأنه "الخطر الوحيد الأكثر أهمية على صحة الإنسان في الدول المتقدمة وأحد الأسباب المهمة للوفاة المبكرة في جميع أنحاء العالم وفقاً لمراجعة عام 2014 في نيو إنجلاند مجلة الطب، التبغ، إذا استمرت أنماط التدخين الحالية، تقتل حوالي مليار شخص في القرن الواحد والعشرين، نصفهم قبل سن السبعين .

يؤدي تعاطي التبغ في الغالب إلى أمراض تؤثر على القلب، والكبد، والرئتين .التدخين هو أحد عوامل الخطر الرئيسية للنوبات القلبية، والسكتات الدماغية، ومرض الانسداد الرئوي المزمن) بما في ذلك انتفاخ الرئة والتهاب الشعب الهوائية المزمن، والعديد من أنواع السرطانات (خاصة سرطان الرئة والحنجرة والفم، والمثانة، وسرطان البنكرياس .كما يسبب مرض الشرايين المحيطية وارتفاع ضغط الدم.)

وتعتمد التأثيرات على عدد السنوات التي يدخنها الشخص وعلى مقدار ما يدخنه الشخص. بدء التدخين في وقت مبكر من الحياة وتدخين السجائر يكون أعلى عند

على صحة المستنشقين من جميع الأعمار.ومن المخاطر أيضاً أن السجائر المباعة في الدول النامية تميل إلى امتلاك كمية عالية من القطران وتكون أقل ترشياً؛ مما يزيد من أمراض الحساسية للأمراض المتعلقة بالتبغ في هذه المناطق .

تقدر منظمة الصحة العالمية أن حوالي 5.4 مليون وفاة في عام 2004 فقط ،و100 مليون وفاة في القرن 20 كما تصف مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها(US) التبغ بأنه "واحد أهم المخاطر على صحة الإنسان التي يمكن الوقاية منها في البلدان المتقدمة وأحد أهم أسباب الوفاة المبكرة في جميع أنحاء العالم." وقد اتخذت العديد من الدول تدابير للسيطرة على استهلاك التبغ مع قيود الاستخدام والمبيعات وكذلك رسائل التحذير المطبوعة على التعبئة والتغليف

تقدر منظمة الصحة العالمية (WHO) أن التبغ يسبب كل عام حوالي 6 ملايين حالة وفاة (حوالي 10 ٪ من جميع الوفيات) مع 600،000 من هذه تحدث في غير المدخنين؛ بسبب التدخين السلبي . وبالمثل، تصف مراكز الولايات المتحدة للسيطرة على الأمراض والوقاية منها

ترتبط بالحمض النووي ويسبب العديد من الطفرات الوراثية. هناك أكثر من 45 مادة مسرطنة كيميائية معروفة أو مشتبهة في دخان السجائر. كما أن التبغ يحتوي النيكوتين وهو عقار نفساني التأثير مسبب شديد للإدمان. عندما يدخن التبغ يسبب النيكوتين التواكل البدني والنفسي. أجريت دراسة على فئران حديثة الولادة ووجد أن التعرض لدخان السجائر في الرحم قد يقلل من قدرة دماغ الجنين وفقدان قدرة التعرف على نقص الأوكسجين، وبالتالي زيادة فرصة الاختناق العرضي. والإصابة بالعجز الجنسي هو أعلى بما يقرب من 85% في الذكور المدخنين مقارنة بغير المدخنين،

نشرت ساينس بحثاً يبين أن مستخدمي التبغ يعيشون حياة أقصر بشكل كبير. تم نشر دراسات السيطرة على الحالات في ألمانيا في 1939 و1943، وواحدة في هولندا في عام 1948، لكن الانتباه على نطاق واسع تم استخلاصه لأول مرة من قبل خمس دراسات حول الحالات التي نشرت في عام 1950

استخدام مانعات التسرب ويزيد من خطر هذه الأمراض. أيضاً، أظهر دخان التبغ البيئي، أو التدخين السلبي، آثاراً صحية ضارة على الناس من جميع الأعمار. فيعد تعاطي التبغ عاملاً مهماً في حالات الإجهاض بين المدخنات الحوامل، ويساهم في عدد من المشاكل الصحية الأخرى للجنين مثل الولادة المبكرة، وانخفاض وزن المولود، ويزداد بنسبة 1.4 إلى 3 أضعاف فرصة متلازمة الموت المفاجئ للرضع.

وقد اتخذت عدة بلدان تدابير للسيطرة على استهلاك التبغ مع قيود الاستخدام والمبيعات وكذلك رسائل التحذير المطبوعة على التعبئة والتغليف. بالإضافة إلى ذلك، تقلل قوانين منع التدخين التي تحظر التدخين في الأماكن العامة مثل أماكن العمل والمسارح والحانات والمطاعم من التعرض للتدخين غير المباشر وتساعد بعض الأشخاص الذين يدخنون على الإقلاع عن التدخين، دون التأثيرات الاقتصادية السلبية على المطاعم كما تعتبر ضرائب التبغ التي تزيد من السعر فعالة أيضاً، خاصة في البلدان النامية .

دخان التبغ يحتوي على العديد من المنتجات بالتحلل الحراري المسببة للسرطان التي

يسبب استنشاق دخان التبغ عدة استجابات فورية داخل القلب والأوعية الدموية. في غضون دقيقة واحدة يبدأ معدل ضربات القلب في الارتفاع، بزيادة بنسبة تصل إلى 30% خلال الدقائق العشر الأولى من التدخين. أول أكسيد الكربون في دخان التبغ يمارس تأثيرات سلبية عن طريق تقليل قدرة الدم على حمل الأكسجين .

التدخين يزيد أيضا من فرصة الإصابة بأمراض القلب، والسكتة الدماغية، وتصلب الشرايين، وأمراض الأوعية الدموية الطرفية. تؤدي العديد من مكونات التبغ إلى تضيق الأوعية الدموية، مما يزيد من احتمال حدوث انسداد، وبالتالي نوبة قلبية أو سكتة دماغية. وفقا لدراسة أجراها فريق دولي من الباحثين، فإن الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 40 سنة أكثر عرضة للإصابة بنوبة قلبية خمس مرات إذا كانوا يدخنون . ومن المعروف أن التعرض لدخان التبغ يزيد من الإجهاد التأكسدي في الجسم من خلال آليات مختلفة، أظهر بحث حديث أجراه علماء الأحياء الأمريكية أن دخان السجائر يؤثر

من قبل باحثين من الولايات المتحدة الأمريكية والمملكة المتحدة. وقد انتقدت هذه الدراسات على نطاق واسع لأنها تظهر العلاقة المتبادلة، وليس السببية. وفي أوائل الخمسينات من القرن الماضي تبين بوضوح أن المدخنين قد ماتوا بشكل أسرع، وكانوا أكثر عرضة للوفاة بسرطان الرئة، وأمراض القلب، والأوعية الدموية، وقائمة بأمراض أخرى تطولت مع استمرار الدراسات منها دراسة الأطباء البريطانيين الأخيرة في 2001 والتي أفادت بارتباط التدخين بما يقرب من 40 مرض مرتبط به. تم قبول هذه النتائج لأول مرة على نطاق واسع في المجتمع الطبي، ونشرت بين عامة الناس، في منتصف الستينيات. ومن الجدير بالذكر أن ما يزيد عن 459,000 أمريكي يلاقون حتفهم كل عام نتيجة إصابتهم بمرض القلب التاجي. أما في المملكة المتحدة، فهناك 101,000 حالة وفاة سنويًا تعود أسبابها للإصابة بمرض القلب التاجي نتيجة التدخين.

التبغ وأمراض القلب والأوعية الدموية



لأول أكسيد الكربون إلى نقطة معينة قبل إعادة تدويره، فإن نقص الأكسجين (والموت فيما بعد) يحدث. كل هذه العوامل تجعل المدخنين أكثر عرضة لتطوير أشكال مختلفة من تصلب الشرايين (تصلب الشرايين). مع تقدم تصلب الشرايين، يتدفق الدم بسهولة أقل من خلال الأوعية الدموية الصلبة والضيقة، مما يجعل الدم أكثر عرضة للتجلط. كما قد يؤدي الانسداد المفاجئ في الأوعية الدموية إلى احتشاء (سكتة دماغية أو نوبة قلبية). ومع ذلك، تجدر الإشارة أيضًا إلى أن تأثيرات التدخين على القلب قد تكون أكثر دقة. قد تتطور هذه الظروف تدريجيًا نظرًا لدورة التنام الجروح (جسم الإنسان يشفي نفسه بين فترات التدخين)، وبالتالي قد يصاب المدخن باضطرابات أقل أهمية مثل تدهور أو صيانة الأمراض الجلدية غير السارة، على سبيل المثال الأكزيما، بسبب انخفاض إمدادات الدم.

<https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D8>

<https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A3%D9%85%>

أيضًا على عملية انقسام الخلايا في عضلة القلب ويغير شكل القلب . على الرغم من أن تدخين السجائر يسبب زيادة لخطر الإصابة بالسرطان من تدخين السجائر، إلا أن مدخني السجائر ما زالوا يواجهون مخاطر متزايدة لكثير من المشاكل الصحية، بما في ذلك السرطان، بالمقارنة مع غير المدخنين (التدخين السلبي). وقد يؤدي التدخين إلى زيادة مستويات الكوليسترول في الدم. مع ارتفاع نسبة البروتين الدهني عالي الكثافة HDL ، "الكوليسترول" الجيد إلى البروتين الدهني منخفض الكثافة LDL ، "الكوليسترول" السيئ. كما يرفع التدخين مستويات الفيبرينوجين ويزيد من إنتاج الصفائح (سواء المتورطة في تخثر الدم) مما يجعل الدم أكثر سمكا وأكثر عرضة للتجلط. ويرتبط أول أكسيد الكربون بالهيموجلوبين (المكون الذي يحمل الأوكسجين في خلايا الدم الحمراء) ، مما يؤدي إلى تعقيد أكثر بكثير من الهيموجلوبين المرتبط بالأكسجين أو ثاني أكسيد الكربون، وتكون النتيجة هي فقدان وظائف خلايا الدم بشكل دائم. تتم إعادة تدوير خلايا الدم بشكل طبيعي بعد فترة زمنية معينة، مما يسمح بإنشاء خلايا دم حمراء جديدة وعملية. ومع ذلك، إذا وصل التعرض

هل تعلم

- تتميز المرأة أكثر من الرجل في حاسة الشم واللمس.
- عند الكلام يستعمل الإنسان أكثر عدد من العضلات حوالي من 70 إلى 80 عضلة.
- يحتوي جسم الإنسان الطبيعي على ٦ لتر دم.
- عندما يقوم الإنسان بعملية العطس تتوقف جميع أجهزة الجسم بما فيها القلب ولذلك تقوم بعدها يقول الحمد لله الذي منحنا حياة جديدة.
- أن قرنية العين هو الجزء الوحيد الذي لا يصله الدم.
- يزداد إفراز شمع الأذن بكميات مضاعفة في حالة خوف الإنسان.
- يمكن للأنف التمييز بين ٥٠٠ ألف رائحة متنوعة.
- أجزاء جسم الإنسان تكبر حجمها كلما زاد الإنسان في العمر ما عدا العينين.
- أثناء عملية الخصوبة لدى المرأة ينتج من المبيض ما يقرب من نصف مليون بيضة ويوجد البعض منه سليم وصالح والبعض الآخر غير صالح.

- أن الانسان هو المخلوق الوحيد الذي له القدرة على الكلام ويمكنه تعدد اللغات وهذا السبب لوجود حنجرة صوتية ومرونة في اللسان
- حجم صغر اليدين واستقامة الأصابع لوجود الإبهام مواجهة لباقي الأصابع يعطيك حرية الحركة والقوة على القيام بالأعمال الدقيقة والتي تحتاج إلى قوة شديدة
- الإنسان يتميز بممارسة المشي وهو في استقامة عن باقي المخلوقات مما يمكنه المشي على رجليه مسافات طويلة وهو في استقامة ولا يستهلك كثير من المجهود .
- الإنسان هو الوحيد من دون المخلوقات الذي يشعر بالكسوف والخجل ويحمر وجهه خجلاً لأي من المواقف.
- الأذن اليسرى تتفوق بقدرة عالية في السمع عن الأذن اليمنى.
- كل شخص موجود على وجه الأرض له رائحة خاصة به تميزه عن باقي الأشخاص إلا في حالة التوأم يكون لهم رائحة واحدة.
- عدد عظام اليدين والقدمين يزداد عن أي عضو آخر من أعضاء الجسم.

- أن أذنك يوجد بها أصغر عظمة وتسمى الركاب و طولها 3مم.
- -10 أقوى عظمة في الجسم هي عظمة الفخذ وتكون مجوفة.
- النظام العصبي يرسل الرسائل إلى المخ بسرعة 170 ميل في الساعة.

<https://www.almowaten.net/2020/10/%D9%87%D9%84-%D8%AA%>

أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور/ مها كامل غانم

نائب رئيس الجامعة
لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

بيطري	أ.د. ثابت عبدالمنعم إبراهيم
هندسة	أ.د. محمد أبو القاسم محمد
علوم	أ.د. حسام الدين محمد عمر
هندسة	أ.د. عادل عبده حسين أحمد
زراعة	أ.د. فاروق عبد القوي عبد الجليل
صيدلة	أ.د. مني المهدي
طب	أ.د. أميمة الجبالي
آداب	د. عصام عادل أحمد
المستشفى الجامعي	د. محمد محمود أحمد

- يتنفس الإنسان ١٦ مرة في الدقيقة.
- يستهلك المخ ٢٠% من الأكسجين.
- عدد كرات الدم الحمراء ٢٥ تريليون.
- عند النوم تزداد قامة الإنسان بمعدل اسم.
- يتكون مخ الانسان من ١٤ ألف مليون خلية عصبية.
- طول شرايين جسم الانسان 600 ألف كيلومتر.
- كل 7 سنوات من حياتك يتم استبدال كامل خلايا جسمك بخلايا جديدة وكلما زاد تقدم الإنسان في العمر زاد اكتساب صفات جديدة وأصبح أكثر نضجا
- أكثر من نصف العظام الموجودة في جسدك موجودة في يديك وقدميك.
- عظام الشخص البالغ تمثل حوالى 14% من الوزن الكلى للجسم.
- الوجه البشري مكون من 14 عظمة.
- هناك 54 عظمة في يديك متضمنة الرسغين.
- الطفل المولود حديثاً يكون عنده 350 عظمة والكبير البالغ عنده فقط 206 عظمة
- أنه عندما تولد يكون لديك 350 عظمة في جسدك بعد فترة الطفولة 144 من هذه العظام تندمج مع بعضها.

