



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران  
معاونت دانشجویی و فرهنگی  
مرکز مشاوره دانشجویی

# محافظت از انسان ها در برابر دود

حمایت از کودک و نوجوانان در برابر دخانیات، حق و مسئولیت همگانی

روز جهانی بدون دخانیات ۱۱ خرداد ۱۴۰۳ - ۳۱ مه ۲۰۲۴

هوای پاک از حقوق اولیه انسان است:

اثبات شده است که قرار گرفتن در معرض دود دخانیات سبب ایجاد بیماریهای قلبی، سرطان و بسیاری از بیماری های دیگر می شود.

تنها ۳۰ دقیقه قرار گرفتن در معرض دود دخانیات باعث ایجاد اختلال در مسیر جریان خون و لخته شدن خون و همچنین افزایش احتمال ابتلا به حمله ی قلبی و سکته ی مغزی می شود. دود دخانیات باعث مرگ بیش از ۶۰۰۰۰۰ نفر در سال می شود. در بسیاری از کشورها، بیش از ۱۰ درصد از کل مرگ و میرها ناشی از دخانیات است.

سازمان جهانی بهداشت در مورد کنترل دخانیات بیان میکند که: شواهد علمی به صراحت ثابت کرده است که قرار گرفتن در معرض دود دخانیات باعث مرگ و بیماری می شود. و همچنین اقدامات و الزاماتی را برای جلوگیری و کاهش قرار گرفتن در معرض دود دخانیات در محیط های کار، مکانهای عمومی، درون وسایل حمل و نقل عمومی، و دیگر مکان ها ارائه کرده است.

محیط های بدون دخانیات از سلامتی انسان محافظت میکنند:

حق اساسی همه ی انسانها این است که هوای پاک تنفس کنند. محیط های سرپوشیده ی کاملاً عاری از دود دخانیات، تنها راه اثبات شده برای محافظت از انسانها هستند. تهویه مناسب در محیطهای سر پوشیده به تنهایی نمی تواند اثرات دود دخانیات را از بین ببرد.

هیچ گونه اغماضی وجود ندارد:

محافظت در برابر دود دخانیات باید جهانی باشد زیرا همه انسانها سزاوار سلامت هستند، قوانین ومقرراتی برای استعمال دخانیات وجود دارد که حتی صنعت دخانیات اثربخشی آن را تایید کرده است. (مانند استعمال دخانیات در فضاهایی که برای اینکار طراحی شده اند)

به دست آوردن حمایت برای محافظت از کودکان و بیماران از طریق دانشگاهها و مراکز بهداشتی بدون دخانیات نسبتاً آسان است:

اکثریت مردم در اکثر کشورها استخدام بخش خصوصی هستند. بنابراین مهم است که برای محافظت از اکثریت مردم همه ی محلهای کاری بدون دخانیات باشند. رستورانها و کافه های بدون دخانیات ایجاد کنید:

محلهای کار، رستورانها و کافه ها باید تحت پوشش سیاستهای مکانهای بدون دخانیات قرار بگیرند. مقابله با این تصور که سیگار کشیدن جدایی ناپذیر از رستورانها، کافه ها و سایر مکان های عمومی می باشد بسیار مهم است.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران  
معاونت دانشجویی و فرهنگی  
مرکز مشاوره دانشجویی

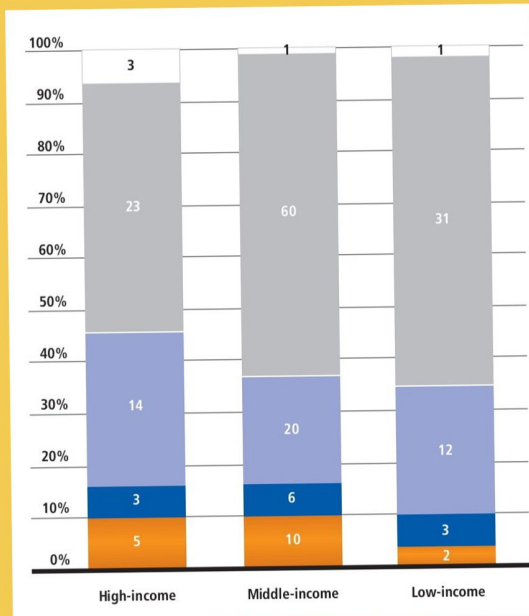
# محافظت از انسان ها در برابر دود

حمایت از کودک و نوجوانان در برابر دخانیات، حق و مسئولیت همگانی

روز جهانی بدون دخانیات ۱۱ خرداد ۱۴۰۳ - ۳۱ مه ۲۰۲۴

جدول زیر براساس گزارش سازمان جهانی بهداشت در مورد دخانیات شکل گرفته است.

رنگ سفید: دسته بندی نشده  
رنگ خاکستری: حداکثر ۲ دسته بندی برای مکانهای عمومی بدون دخانیات (مثل رستورانها حمل و نقل عمومی دانشگاهها و...)  
رنگ بنفش: ۳ الی ۵ دسته بندی برای مکانهای عمومی بدون دخانیات  
رنگ آبی: ۶ الی ۷ دسته بندی برای مکانهای عمومی بدون دخانیات  
رنگ نارنجی: همه ی مکانهای عمومی دارای ممنوعیت استعمال دخانیات اند. (یا حداقل ۹۰ درصد جمعیت تحت پوشش از قانون ممنوعیت استعمال دخانیات تبعیت می کنند.)



قوانین مربوط به ممنوعیت دخانیات محبوب هستند: تجربه پیوسته نشان می دهد که برخلاف ادعاهای صنعت دخانیات، قوانین مربوط به ممنوعیت دخانیات عملی و محبوب، حتی در بین افراد سیگاری و موفق هستند. در سال ۲۰۰۸، ۱۱۴ کشور بدون قوانین محافظتی در برابر دخانیات یا دارای حداقل قوانین بودند.

قوانین ممنوعیت دخانیات به تجارت صدمه نمی زند: طی بازبینی های انجام شده در مورد اثرات اقتصادی محیط های بدون دخانیات در سراسر جهان، این نتیجه حاصل شد که این موضوع تاثیر اقتصادی منفی نداشته است. حتی در بسیاری از موارد مشاهده شده است که این قوانین تاثیر مثبت اقتصادی جزئی نیز داشته اند. مطالعات اثرات اقتصادی قوانین ممنوعیت دخانیات نشان می دهد که این قوانین هیچ اثر نامطلوبی بر مشاغل مثل رستورانها یا گردشگری نداشته است. از شواهدی از این دست می توان برای مقابله با ادعاهای نادرست صنعت دخانیات استفاده کرد.

قوانین ممنوعیت دخانیات سلامت کارگران را تضمین می کند:

هدف اصلی از ایجاد محل کار بدون دخانیات حفظ سلامت کارگران است. چارچوب بحث در مورد محل های کار بدون دخانیات به عنوان یک موضوع ایمنی کارگران می تواند به جذب حمایتها کمک کند. عهدنامه بین المللی اقتصادی، اجتماعی و حقوق فرهنگی شرایط کاری سالم و ایمن را حق همه ی انسانها می داند و آن را به رسمیت می شناسد.

از کودکان بیماران و همه کارگران محافظت کنید: مقررات بدون دخانیات را می توان به راحتی تحت کنترل یا با مقررات مستقیم دولت وضع کرد.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران  
معاونت دانشجویی و فرهنگی  
مرکز مشاوره دانشجویی

# محافظت از انسان ها در برابر دود

حمایت از کودک و نوجوانان در برابر دخانیات، حق و مسئولیت همگانی

روز جهانی بدون دخانیات ۱۱ خرداد ۱۴۰۳ - ۳۱ مه ۲۰۲۴

monitor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

قوانین ممنوعیت دخانیات به ترک دخانیات کمک کرده است:

محیط های بدون دخانیات به مصرف کنندگانی که

میخواهند آن را ترک کنند کمک کرده است. مصرف

سیگار در ایالات متحده بین ۵ الی ۲۰ درصد کمتر از

سرانه ی آن در ایالت های دارای قوانین جامع ممنوعیت

دخانیات است. در بررسی محیط های کاری بدون

دخانیات، مشخص شد که میانگین مصرف سیگار در

این مکانها ۳.۱ عدد در روز کمتر از محل های کاری ای

که ممنوعیت دخانیات ندارند می باشد.

قوانین مربوط به ممنوعیت دخانیات منجر به ایجاد

خانه های بدون دود می شود:

برای کودکان و بزرگسالانی که در منزل هستند قرار

گرفتن در معرض دود دخانیات در خانه صورت می

گیرد. ایجاد مکان های عمومی بدون دخانیات، خانواده

ها را تشویق می کند که خانه های خود را عاری از

دخانیات کنند. این موضوع از کودکان و اعضای خانواده

در برابر دود دخانیات محافظت می کند. احتمال استعمال

دخانیات در بین نوجوانانی که مصرف دخانیات در

منزلشان بلا مانع است دو برابر نوجوانانی است که خانه

های بدون دخانیات دارند.

قوانین مربوط به ممنوعیت دخانیات منجر به تغییر

هنجارهای اجتماعی میشود:

محیط های بدون دخانیات به تغییر شرایط اجتماعی

کمک می کنند. به طور مثال این فرهنگ که استعمال

کمتر دخانیات بیشتر مورد قبول جامعه می باشد سبب

می شود که مصرف دخانیات و به تبع قرار گرفتن در

معرض دود آن کاهش یابد.

tor, protect, offer, warn, enforce, raise) مخفف کلمات (MPOWER

# محافظت از انسان ها در برابر دود

حمایت از کودک و نوجوانان در برابر دخانیات، حق و مسئولیت همگانی

روز جهانی بدون دخانیات ۱۱ خرداد ۱۴۰۳ - ۳۱ مه ۲۰۲۴



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران  
معاونت دانشجویی و فرهنگی  
مرکز مشاوره دانشجویی

هر کشوری می تواند قوانین ممنوعیت دخانیات را اجرا کند:

هر کشوری صرف نظر از سطح درآمد می تواند تدوین و معرفی قوانین مربوط به ممنوعیت استفاده از دخانیات را به طور موثر با پیروی از دستورالعمل های سازمان جهانی بهداشت اجرا کند.

تجربه نشان می دهد که در بسیاری از کشورها امکان تصویب و اجرای این قوانین وجود دارد که انجام این کار:

- در بین عموم محبوب است.

- سلامتی را بهبود می بخشد.

- به مشاغل آسیب نمی رساند.

اغلب مواقع این قوانین فقط برخی از فضاهای داخلی را پوشش می دهند و یا ضعیف نوشته شده اند و یا ضعیف اجرا می شوند.

قوانین ممنوعیت دخانیات لازم الاجرا است:

پس از تصویب قوانین، مکان های بدون دخانیات باید ایجاد شوند.

اگرچه تعمیر و نگهداری مکان های بدون دخانیات تا حد زیادی در درازمدت انجام می شود، اما ممکن است افزایش آنها بلافاصله پس از تصویب قوانین ضروری باشد.

هنگامی که قوانین به میزان زیادی مورد پذیرش قرار گیرد انجام اقدامات اجرایی در صورت نظارت منظم، کاهش می باید.

رو در رو شدن اسطوره های صنعت دخانیات:

صنعت دخانیات و متحدان آن تلاش می کنند که سیاستهای مربوط به ممنوعیت دخانیات را با دادن اطلاعات غلط و ایجاد گمراهی متوقف کنند و یا به تاخیر بیندازند. پخش داستانهایی مانند تهدید به ضرر اقتصادی همچنان توسط صنعت دخانیات ادامه دارد و این مقابله و مخالفت توسط آنها قابل پیش بینی بوده است.

کسب حمایت برای اجرای قوانین بدون دخانیات:

حمایت عمومی برای موفقیت قوانین بدون دخانیات بسیار مهم است. حمایت را می توان از طریق آموزش موثر در مورد مضرات قرار گرفتن در معرض دود دخانیات و توضیح هدف قوانین به دست آورد. این امر، برای اجرای ممنوعیت سیگار کشیدن در محل کار بسیار مهم است.

قانون گذاری موثر بدون دخانیات:

قوانین منع دخانیات باید به وضوح و جامع نوشته شود. هیچ گونه اغمازی نباید وجود داشته باشد. باید مسئولیت های اجرایی به روشنی تعیین شده باشند. قانون باید به وضوح استعمال دخانیات را شرح دهد، تمام مناطق شامل قوانین را مشخص کند، و دستور به قرار دادن علائم و نشانه های واضح دهد. سازمان دولتی مسئول اجرای قوانین باید به روشنی مشخص شود و همچنین مجازات تخلف از قوانین نیز باید به وضوح شرح داده شود.

ترجمه: امل غمخوار، بهداشت حرفه ای دانشگاه ایران  
گرافیک: نرگس پولادگر، علوم آزمایشگاهی دانشگاه ایران