

مصرف دخانیات عامل تشدید کننده بیماری کرونا و ویروس

مقدمه

استعمال دخانیات یک عامل خطر برای بسیاری از بیماری ها است و سالانه موجب مرگ بیش از ۸ میلیون نفر در جهان می شود. به خوبی اثبات شده است که استعمال دخانیات به هر شکل مضر است و به طور جدی بر تضعیف سیستم دفاعی و تخریب سیستم های تنفسی و قلبی و عروقی و بیماری دیابت به واسطه شیوع در افراد مصرف کننده دخانیات و ایجاد کاهش مقاومت دیابتی ها در مقابله با بیماری های عفونی تاثیر می گذارد. ارتباط بین مصرف دخانیات و بروز سرطان ریه موضوعی کاملاً به اثبات رسیده است و مصرف محصولات دخانی شایع ترین علت بروز سرطان ریه است. علاوه بر این مصرف دخانیات به میزان قابل توجهی خطر ابتلا به بیماری سل را افزایش می دهد و نیز مهم ترین عامل در ایجاد بیماری های انسدادی مزمن ریه (COPD) محسوب شده و باعث پارگی و التهاب کیسه های هوایی می شود که این امر باعث کاهش ظرفیت جذب اکسیژن و دفع دی اکسید کربن توسط ریه ها می شود و در نهایت ایجاد مخاط می نماید که منجر به بروز سرفه های خشک و درد ناک و مشکلات تنفسی می شود.

نقش موثر استعمال دخانیات و قلیان در گسترش بیماری کرونا و ویروس

با استناد به اطلاعات منتشر شده از سوی سازمان جهانی بهداشت، مصرف دخانیات به عنوان یک عامل خطر برای هرگونه عفونت دستگاه تنفسی تحتانی به شمار می آید و ویروسی که بیماری کووید ۱۹ را ایجاد می نماید نیز در درجه اول سیستم تنفسی را تحت تاثیر قرار می دهد، به ریه ها حمله می کند و باعث بروز آسیب خفیف تا شدید تنفسی می شود، لذا مصرف کنندگان دخانیات در معرض خطر شدید عوارض ناشی از ابتلا به ویروس کرونا می باشند. از سوی دیگر با توجه به اینکه مصرف قلیان، به طور معمول فعالیتی است که در گروه ها و محیط های عمومی انجام می شود، خطر انتقال بیماری ها را افزایش داده و موجب تشدید خطر انتقال ویروس کرونا در محیط های اجتماعی می شود. عبور دود قلیان از مسیر مشترکی که در ساختار قلیان وجود دارد، شامل قسمت دهانی، شلنگ و جام، به ویژه در اجتماعات و محیط های عمومی موجب بقای میکروارگانیسم های منتقله از افراد مصرف کننده در این قطعات می شود.

طبق شواهد موجود، ویروسی که باعث بیماری کووید ۱۹ می شود از خانواده مشابه با سندرم تنفسی خاورمیانه (مرس) و سندرم حاد تنفسی (سارس) بوده است که هر دو با ایجاد آسیب های قلبی عروقی حاد و مزمن همراه می باشند. وجود ارتباط بین بیماری کووید ۱۹ و سلامت قلب و عروق از اهمیت زیادی برخوردار می باشد، چرا

که مصرف دخانیات و قرار گرفتن در معرض دود دست دوم محصولات دخانی یکی از دلایل عمده ابتلا به بیماری های قلبی عروقی در سطح جهان به شمار می آید. بنابراین اثر بیماری کووید ۱۹ بر سیستم قلبی عروقی می تواند شرایط افرادی که از قبل مشکلات قلبی عروقی داشتند را به مراتب وخیم تر نماید. از این رو وجود وضعیت قلبی عروقی ضعیف تر در بین بیماران مبتلا به کووید ۱۹ که سابقه مصرف دخانیات را نیز دارند، می تواند علایم بیماری را در آنها تشدید کند و از این طریق احتمال مرگ را در بین آنها افزایش دهد.

مطالعات جهانی انجام شده در خصوص ارتباط افزایش خطر ابتلا به بیماری کرونا و ویروس با مصرف کنندگان دخانیات

در زمان شیوع بیماری کرونا ویروس شایعانی از سوی عوامل صنایع دخانی رواج پیدا کرد که حاکی از تاثیر مصرف دخانیات بر کنترل و پیشگیری ابتلا به کرونا ویروس بود. متأسفانه بعضی افراد نیز آن را باور کرده و شرایط را برای سلامت خود دشوارتر کردند. مصرف دخانیات در دوران شیوع کرونا به دلایلی مانند دور کاری افراد و نیز استرس ناشی از بیماری و اوقات فراقت بیشتر ناشی از قرنطینه در برخی نقاط جهان افزایش پیدا نمود. این در حالی است که مصرف سیگار و قلیان نه تنها برای افراد سودی در مواجهه با بیماری های ویروسی تنفسی از جمله ویروس کووید ۱۹ ندارد بلکه وضعیت را حاد و خطرناک تر میکند. سازمان بهداشت جهانی بر اهمیت انجام تحقیقات سیستماتیک با کیفیت بالا و با رعایت مسائل اخلاقی تأیید شده که به پیشرفت سلامت فردی و عمومی کمک خواهد کرد تأکید می نماید. براساس مطالعات اولیه، افراد مصرف کننده مواد دخانی و محصولات توتون و تنباکو که به COVID-۱۹ مبتلا می شوند ، ۱۴ برابر بیشتر از افراد غیر سیگاری به درمان شدید نیاز دارند و دو برابر بیشتر از اینها جان خود را از دست می دهند.

استفاده از هر نوع محصول دخانی می تواند آسیب جدی به اعضا و فرآیندهای بدن از جمله سیستم دفاعی، سیستم قلبی عروقی و سیستم تنفسی وارد نماید. ویروس کرونا نیز قادر است چنین آسیب ها و مشکلاتی را برای بدن ایجاد نماید. اطلاعات بدست آمده از تجربیات کشور چین در خصوص بیماری کووید ۱۹ حاکی از آنست افرادی که بیماری های زمینه ای از جمله مشکلات قلبی عروقی و یا تنفسی ناشی از مصرف دخانیات داشتند در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به بیماری کرونا و یا علایم شدید تری از این بیماری بودند.

تحقیقات و مستنداتی که از ۵۵۹۲۴ آزمایش مورد تایید وزارت بهداشت چین بدست آمده نشان می دهد میزان مرگ و میر خام ناشی از بیماری کرونا در بین مبتلایان به بیماری های قلبی عروقی، دیابت، فشار خون بالا، بیماری های مزمن تنفسی و یا سرطان ها بسیار بیشتر از کسانی بوده است که سابقه بیماری مزمن و مشکلات پزشکی را از قبل نداشتند. این موضوع حاکی از آنست که مشکلات و بیماری های زمینه ای در افزایش حساسیت چنین

افرادی برای ابتلا به کووید ۱۹ نقش داشته است. همچنین تحقیقات نشان می دهد خطر ابتلا به علائم شدید و مرگ و میر در میان بیماران کووید ۱۹ که بیماری های زمینه ای قلبی عروقی (CVDs) داشتند، بیشتر بوده است.

کووید ۱۹ همچنین می تواند به سیستم های تنفسی آسیب برساند. این در حالی است که آسیب های ناشی از استعمال دخانیات به ریه ها باعث می شود بیماران، بیشتر مستعد ابتلا به عفونت های ریوی (باکتریایی و ویروسی) باشند. استعمال دخانیات یک عامل خطر برای پیشرفت کووید ۱۹ است و میزان بروز علائم شدید بیماری و نیاز به دستگاه تهویه مکانیکی، بستری در ICU یا مرگ را افزایش می دهد. در افراد مصرف کننده دخانیات، احتمال پیشرفت بیماری کووید ۱۹ نسبت به افرادی که هرگز مصرف کننده دخانیات نیستند، بیشتر است.

اطلاعات کشور چین که کووید ۱۹ از آنجا نشأت گرفته نشان می دهد افرادی که شرایط قلبی عروقی و تنفسی ناشی از مصرف دخانیات دارند، در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به علائم شدید کووید ۱۹ هستند.

از آنجا که استفاده از قلیان، به طور معمول در محیط های عمومی انجام می شود، خطر انتقال بیماری کرونا را افزایش می دهد و در نتیجه می تواند به گسترش بیماری در جامعه کمک کند و سلامت عمومی را به خطر بیاندازد. محیط های جمعی، فرصت کافی برای گسترش بیماری کووید ۱۹ را ایجاد می کند.

رابطه احتمالی بین مصرف محصولات دخانی به ویژه قلیان و اپیدمی بیماری کرونا و ویروس

مصرف کمتر دخانیات، باعث کاهش بسیاری از عوارض تنفسی و قلبی عروقی می شود که به شدت زمینه ساز بروز علائم جدی تر بیماری کووید ۱۹ و مرگ و میر مربوطه می باشد. کاهش تقاضا برای محصولات دخانی از جمله قلیان، همچنین می تواند به طور غیرمستقیم از تشکیل اجتماعات و محیط های جمعی که به گسترش ویروس کمک می کنند جلوگیری کند. داشتن وضعیت خوب سلامت تنفسی و قلبی و عروقی در بیماران مبتلا به ویروس کرونا برای پاسخ مثبت و بهبود موفقیت آمیز این بیماری مهم است.

به طور خاص در مورد استفاده از قلیان، از آنجا که اغلب از تلاش برای کنترل دخانیات غفلت و چشم پوشی می شود، در این زمان با توجه به شیوع بیماری کووید ۱۹، اگر اقدامات فوری و جامع برای کنترل دخانیات از جمله کنترل استعمال قلیان انجام شود نتایج و پیامدهای سلامتی مثبت و قابل توجهی به همراه خواهد داشت. همچنین همه گیری کووید ۱۹ فرصتی مناسب برای ایجاد انگیزش افراد مصرف کننده دخانیات به تصمیم به ترک و نیز ارتقاء مداخلات موثر برای این افراد در سطح جامعه می باشد. قلیان ها جزو محصولات دخانی هستند و استفاده از آنها اثرات مضر حاد و طولانی مدت بر سیستم تنفسی و قلبی عروقی دارد و خطر ابتلا به بیماری هایی همچون بیماری عروق کرونر و بیماری انسداد مزمن ریوی را افزایش می دهد.

میکروارگانسیم های منتقله از افراد مصرف کننده قلیان، در قطعات و ابزار آلات آن که به شکل مشترک مورد استفاده قرار می گیرد باقی می ماند و به آسانی منتقل می شود.

استفاده از قلیان، افزایش خطر انتقال سایر عوامل عفونی از جمله ویروس های تنفسی، ویروس هپاتیت C، ویروس اپستین - بار (که می تواند موجب چند نوع سرطان شود) ویروس تبخال، سل، هلیکوباکتر پیلوری (عامل ایجاد بیماری زخم معده و بیماری های گوارشی) و انواع قارچ های بیماری زا را به همراه دارد.

همچنین استفاده قلیان در مکانهای خصوصی و منازل بعد از ممنوعیت مصرف در اماکن عمومی سبب می شود تا افراد زیادی در معرض دود دست دوم و سوم قلیان قرار گرفته و نیز مصرف قلیان در اطرافیان ترغیب شود. مطالعات گذشته نشان داده که شیوع عفونتهای تنفسی در اطرافیان مصرف کننده قلیان از میزان بالاتری برخوردار می باشد.

کنترل مصرف دخانیات و کاهش استعمال قلیان برای کاهش خطر انتقال ویروس عامل ایجاد بیماری کووید ۱۹ مهم است. بسیار حائز اهمیت است که کنترل استعمال دخانیات به خصوص قلیان در این زمان رسماً و در یک رویکرد جامع و با توجه به تعهدات کنوانسیون کنترل دخانیات سازمان بهداشت جهانی شامل ممنوعیت مصرف همه نوع مواد دخانی، از جمله قلیان، در تمام اماکن عمومی (مانند کافه ها و رستوران ها) مورد توجه قرار گیرد. چنین ممنوعیت هایی می تواند به پیشگیری از افزایش خطر انتقال ویروس عامل ایجاد بیماری کووید ۱۹ کمک کند. کشورها باید از اجرای کامل این ممنوعیت اطمینان حاصل کنند.

تاثیر سیگارهای الکترونیک و ویپ در شیوع کووید ۱۹:

شواهد نشان می دهد که سیستم های الکترونیکی انتقال نیکوتین (ENDS) و سیستم های الکترونیکی غیر نیکوتینی، که بیشتر به آنها سیگار الکترونیکی گفته می شود، برای سلامتی مضر هستند و بدون شک غیر ایمن هستند. دود سیگار الکترونیکی به طور معمول حاوی نیکوتین و سایر مواد سمی است که مصرف و مواجهه با آن هم برای مصرف کنندگان و هم برای افرادی که در معرض آئروسل های منتشره از دود آن قرار دارند مضر است. استفاده از سیگارهای الکترونیکی همچنین خطر ابتلا به بیماری های قلبی و اختلالات ریه را افزایش می دهد. وجود مواد حامل، مانند گلیسرین، در محلول سیگار الکترونیک با آسیب به کیسه های هوایی ریه سبب افزایش خطر ابتلا به بیماری کرونا ویروس کند. تماس دست با دهان توسط مصرف کنندگان سیگار الکترونیکی، همچون سیگار و قلیان نیز ممکن است خطر ابتلا به این بیماری را افزایش دهد. اگر دستگاه های سیگار الکترونیکی مشترک باشند، احتمال انتقال خطر نیز افزایش می یابد. با توجه به اینکه برخی کشورها سیاست هایی را برای کنترل

کووید ۱۹ با تعطیلی اماکن عمومی و تشدید ممنوعیت استعمال دخانیات در این اماکن اتخاذ نمودند، تلاش صنایع دخانی برای ترویج این محصولات با ادعای بیخطر بودن مصرف آن و جایگزینی مناسب با سیگار معمولی و قلیان افزایش یافت. سازمان جهانی بهداشت به کشورهای عضو کنوانسیون کنترل دخانیات در مورد استراتژی صنایع دخانی برای سوء استفاده از اپیدمی کرونا ویروس به نفع خود هشدار داده است.

علاوه بر این، شواهد علمی در مورد اثربخشی سیگار الکترونیک به عنوان کمک ترک سیگار هنوز مورد بحث است. تا به امروز، تا حدودی به دلیل تنوع محصولات تدخینی الکترونیک و اطمینان کم پیرامون بسیاری از مطالعات، پتانسیل این ابزار به عنوان یک مداخله ترک دخانیات در سطح جمعیت نامشخص است. مصرف کنندگان دخانیات باید کاملاً مصرف این مواد را ترک کنند و مراقب باشند که به مصرف کننده سیگارهای الکترونیکی که خطراتی برای سلامتی خودشان محسوب می شوند، تبدیل نشوند استفاده از هر یک از این محصولات ممکن است خطر ابتلا به بیماران مبتلا به COVID-۱۹ را افزایش دهد.

تنباکوی بدون دود و ناس و شیوع کرونا ویروس:

مصرف این نوع تنباکوها که عمدتاً بصورت جویدنی است (به عنوان نمونه ناس) موجب وارد نمودن آسیب به مخاط دهانی به واسطه آهک و مواد خورنده و ساینده موجود در آن و سبب تسهیل در ورود ویروس از طریق مخاط که یکی از شایعترین راههای ابتلا می باشد می گردد. از طرف دیگر تنباکوی جویدنی با تضعیف سیستم ایمنی و نیز تاثیر بر افزایش دیابت و بیماریهای قلبی و سرطان سبب می شود تا افراد مصرف کننده مبتلا، بیشتر از افراد عادی در معرض افزایش تحمل عوارض و مرگ و میر باشند. به دلیل تاثیر مصرف این نوع تنباکو بر تشدید تولید بزاق دهان و دفع بزاق در محیط های عمومی موجب می شود که در صورت مبتلا بودن فرد به بیماری کرونا ویروس، این بیماری به شدت انتقال یابد. برخی از کشورهای جهان جرایم بسیار سنگینی، از جمله زندان برای افرادی که با مصرف تنباکوی جویدنی بزاق خود را در محیط های عمومی رها می کنند وضع کرده اند. البته در کشور ایران تولید و مصرف انواع سیگارهای الکترونیکی و تنباکوهای بدون دود ممنوع است.

جملات کلیدی در نقش مصرف دخانیات و بیماری کرونا ویروس:

۱. مصرف دخانیات با توجه به کاهش ظرفیت ریوی و نیز آسیب به مژک های تنفسی، سبب می شود تا مصرف کنندگان این مواد به این ویروس آسیب پذیرتر شوند.

۲. مصرف کنندگان دخانیات نسبت به دیگر افراد جامعه ایمنی پایین تر داشته و در مقابل هرگونه عفونت از جمله این ویروس بیشتر تحت تاثیر قرار می گیرند. پاسخ ایمنی ضعیف ناشی از اعتیاد به نیکوتین، به افزایش بیماری ها و اختلالات جدی از جمله بیماری قلبی منجر می گردد.
۳. عدم توانایی افراد مصرف کننده دخانیات در مدیریت و جلوگیری از تماس با ویروس، از قبیل تماس دستی و دهانی سبب می شود تا پروسه استعمال دخانیات (از خرید تا باز کردن پاکت، استفاده از فندک یا کبریت آلوده، تماس دست و فیلتر آلوده با مخاط دهان و غیره) خطر انتقال ویروس را بیشتر از دیگر افراد جامعه تشدید کند.
۴. مخاط سه گانه (دهان- بینی - چشم) افراد مصرف کننده دخانیات آسیب پذیر تر هستند و این عامل سبب می شود تا با در معرض قرار گرفتن توسط ویروس سریعتر آلوده شوند.
۵. بیماری کرونا ویروس در مصرف کنندگان مواد دخانی مبتلا به ویروس دیر تر تشخیص داده می شود؛ چرا که این سرفه کردن در این افراد امری عادی بوده و خود و اطرافیان آن ها علامت سرفه را جدی نمی گیرند. در ضمن افراد آلوده و مصرف کنندگان مواد دخانی، به ویژه ناقلین بدون علامت، سهم بالایی در انتقال بیماری به واسطه سرفه مزمن مشخصه سیگاریها دارند.
۶. خانواده مصرف کنندگان مواد دخانی به واسطه مواجهه مستمر و طولانی با دود دست دوم مواد دخانی ریسک خطر بالاتری را نسبت به ابتلا به بیماری کرونا ویروس و سایر بیماری های مرتبط با مصرف دخانیات تجربه می کنند.
۷. افراد به دلیل ظرفیت پایین تر ریوی در صورت ابتلا به بیماری کرونا ویروس زجر تنفسی بیشتری را تحمل می کنند.
۸. روند بهبودی بیماری کرونا ویروس در مصرف کنندگان مواد دخانی که دارای بیماریهای قلبی هستند بسیار ضعیف و احتمال بروز مرگ در آنها بالاست.
۹. بیماریهای های زمینه ای مانند دیابت و سرطان و... در افراد مصرف کننده دخانیات شایعتر بوده و زمینه ابتلا و تشدید عوارض و مرگ و میر ناشی از بیماری کرونا ویروس را برای مصرف کننده دخانیات تسهیل میکند.
۱۰. مصرف دخانیات غیر تدخینی مانند ناس سبب می شود تا فرد مصرف کننده دارای مخاط آسیب دیده مستعد افزایش ابتلا بیماری کرونا ویروس شود و انتقال این بیماری را با رها کردن بزاق خود در اماکن عمومی بالا ببرد.
۱۱. مصرف کنندگان مواد دخانی زودتر و بیشتر از افراد مشابه غیر مصرف کننده دچار استرس شده و شرایط قرنطینه را برای خانواده نامناسب تر می کنند.

۱۲. مصرف دخانیات تحت هر شرایطی سبب افزایش ابتلا و تشدید عوارض بیماران در صورت مواجهه با ویروس کووید ۱۹ می شود.

۱۳. هیچ زمانی برای ترک دخانیات دیر نیست، و این اقدام یک ضرورت برای حفظ سلامتی است.

۱۴. ناقلین بدون علامت بیماری کرونا ویروس که مصرف کننده دخانیات هستند بیشتر از افراد غیر مصرف کننده مواد دخانی این بیماری را به دیگران منتقل می کنند.

۱۵. برای ترک موفق یادگیری مهارت‌های ترک سیگار و استفاده از داروهای ترک سیگار از جمله درمان جایگزین نیکوتین توصیه می شود.

۱۶. هم اکنون مواد دخانی از جمله سیگار، قلیان و پیپ و محصولات الکترونیکی نظیر سیگار الکترونیک و همچنین تنباکوه‌های بدون دود را ترک کنید تا بخشی از آمار مرگ و میر به سبب کووید ۱۹ نشوید

اساسی ترین درس آموخته ها از تجربیات قبلی سازمان جهانی بهداشت

- با بهره گیری از تجارب قبلی در پاسخ به بیماری های مرس و سارس، باید اقدامات احتیاطی عمومی به ویژه در محیط های جمعی و اجتماعات انجام شود. قلیان ها می توانند عامل مهمی در تسریع و تشدید چرخه انتقال بیماری در محیط های جمعی و اجتماعات باشند.
- شواهد قبلی نشان می دهد که استعمال دخانیات بر بقای افراد مبتلا به بیماریهای عفونی تأثیر منفی می گذارد و شواهد مربوط به طغیان بیماری دیگر ناشی از ویروس های همان خانواده با نام کووید ۱۹ نشان می دهد که استعمال دخانیات می تواند به طور مستقیم یا غیرمستقیم در افزایش خطر عفونت، تشخیص و پیش آگهی ضعیف و یا مرگ و میر ناشی از بیماریهای عفونی دستگاه تنفسی تاثیر داشته باشد.
- در چارچوب مقابله و پیشگیری از کووید ۱۹، کشورها تشویق می شوند با توجه به تعهدات بین المللی خود طبق الزامات کنوانسیون کنترل دخانیات سازمان جهانی بهداشت، اقدامات لازم را برای محافظت از مردم در برابر پیامدهای مخرب و آثار سوء ناشی از مصرف دخانیات انجام دهند.