

## واقع تدخين النرجيلة في الوطن العربي ومخاطره

الصغير محمد الغربي

أظهرت دراسة علمية حديثة أجريت في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا وجود علاقة بينه وبين الأمراض التنفسية بشكل مستقل عن التدخين. ونُشرت نتائج الدراسة مؤخراً في دورية "أبحاث الدخان والنيكوتين" العلمية Nicotine & Tobacco Research.

وتم إجراء الدراسة من خلال تحليل المعطيات التي تم جمعها أثناء إنجاز دراسة بريث BREATHE العالمية حول أمراض التنفس المزمنة، شملت 11 بلداً في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وهي المغرب، والجزائر، وتونس، ومصر، والسعودية، والإمارات، والأردن، وسوريا، ولبنان، إضافة إلى تركيا، وباكستان، وساهم فيها باحثون من مؤسسات بحثية أوروبية وعربية.

وشملت الدراسة الفئات العمرية فوق الأربعين سنة الذين صرحوا بتدخينهم النرجيلة خلال ملء استمارة تهدف لجمع معلومات ديموغرافية وعلامات الإصابة بأمراض تنفسية وعادات التدخين بجميع أنواعها، بما في ذلك النرجيلة، إضافة إلى تشخيص أمراض الانسداد الرئوي المزمن والتهاب الشعب الهوائية المزمن وانتفاخ الرئة.

وتقول الدراسة أن نسبة تدخين النرجيلة بلغت 3.5% من بين 62 ألف شخص شملتهم دراسة بريث، من بينهم 43% يدخنون النرجيلة مع السجائر. ويمثل الذكور النسبة الأهم بين مدخني النرجيلة (82%) في الفئة العمرية ما بين 40 إلى 49 سنة، 90% منهم يدخنون النرجيلة لمدة تفوق ساعة واحدة في اليوم. ولاحظ الباحثون أن متوسط مدة التدخين اليومية يميل إلى الزيادة مع تقدم العمر بالنسبة للرجال.

وأظهرت النتائج ارتباط تدخين النرجيلة بزيادة خطر السعال، وضيق التنفس، والتهاب الشعب الهوائية المزمن بشكل مستقل عن المخاطر المرتبطة بالتدخين. ولاحظ الباحثون ارتفاع نسبة الإصابة بضيق التنفس والتهاب الشعب الهوائية المزمن بشكل ملحوظ في كثير من الأحيان بين مدخني النرجيلة مقارنة بمجمل المستجوبين في دراسة بريث.

وكان ضيق التنفس هو المرض الأكثر شيوعاً بين الأشخاص الذين يستخدمون النرجيلة وحدها في التدخين بنسبة إصابة تبلغ 11.3%، يليه السعال المنتج Productive Cough (6.0%) ثم التهاب الشعب الهوائية المزمن (2.2%).

وخلصت الدراسة إلى وجود علاقة بين استخدام النرجيلة وزيادة نسبة الإصابة بهذه الأمراض (السعال المنتج، وضيق في التنفس، والتهاب الشعب الهوائية المزمن)، وهي مخاطر مستقلة عن المخاطر المرتبطة بتدخين السجائر.

ورغم أهمية النتائج التي توصلت إليها الدراسة فإنها اقتصرت على الفئات العمرية فوق 40 سنة في الوقت الذي تنتشر فيه عادات التدخين بصفة عامة والنرجيلة بصفة خاصة بين الشباب.

وكانت دراسة استقصائية سابقة شملت 15 بلداً في منطقة شرق المتوسط توصلت إلى أن معدلات التدخين بين الفئة العمرية 13-15 سنة تتراوح بين 6% و34%. وقد ساهمت عوامل كثيرة في زيادة التدخين، بما في ذلك التسويق المستهدف واستخدام المضافات الحلوة لجذب النساء والفتيات والفتيان. وتعتبر النرجيلة شكلاً من أشكال التدخين الاجتماعي لأنه يمكن التشارك في استهلاكها بين

الأصدقاء، كما أن نظرة المجتمع لتدخين النرجيلة أقل سلبية من نظرتهم لتدخين السجائر في العديد من البلدان.

ووجدت الدراسة بأن الاعتقاد السائد بكون تدخين النرجيلة هو أقل مخاطر صحية من تدخين السجائر هو اعتقاد خاطئ بل على العكس من ذلك، فهو يزيد من خطر الإصابة بسرطان الرئة وأمراض الجهاز التنفسي. فعلى سبيل المثال، توصلت بعض الأبحاث السابقة إلى أن امتصاص النيكوتين من الاستخدام اليومي للنرجيلة يعادل ما ينتج عن السجارة. كما أن التعرض لغاز أول أكسيد الكربون، الذي هو واحد من عوامل الخطر القلبية الوعائية الرئيسية المرتبطة بالتدخين، قد يكون أعلى بالنسبة للنرجيلة من التدخين. وعلى الرغم من أنه بات من المعروف الآن أن النرجيلة هي عامل خطر كبير لمرض الانسداد الرئوي المزمن، إلا أن هناك القليل من المعلومات عن حجم هذه المخاطر في الوطن العربي.

**رابط المقال هو:**

- <https://academic.oup.com/ntr/article/19/11/1375/2518987>

---

البريد الإلكتروني للكاتب: gharbis@gmail.com