

کتاب

دانشگاه تهران
دانشکده بهداشت

پایان نامه
برای دریافت درجه فوق لیسانس
علوم بهداشتی
(M.S.P.H.)
در رشته : آموزش بهداشت

موضوع :

علل ترک نکردن سیگار در بین دانشجویان
سال پنجم و ششم پزشکی دانشگاه تهران

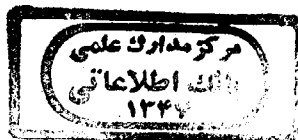
براهنمائی :

دکتر مریم بانو بهنام

نگارش :

فخری معصوم زاده

سال تحصیلی ۵۹ - ۱۳۵۸



باتشکراز خانم دکتر بهنام که در تهیه این پایان نامه

راهنمایی اینجانب را قبول نمودند

۱۳۸۵

باتشکر از هیات قضات

خانم دکتر شفیع، خانم دکتر مجلسی، آقای دکتر ساروخانیان

آقای دکتر آرزو دگان

فهرست مطالب

۱

<u>صفحه</u>	<u>عنوان</u>
	مقدمه
۱ - ۱۴	فصل اول : روش بررسی
۱	- اهمیت موضوع
۱ - ۲	- هدف بررسی
۲	- روش بررسی و تکنیک جمع آوری اطلاعات
۳	- جمعیت مورد مطالعه و نحوه انتخاب آن
۳	- تکنیک های آماری مورد استفاده در بررسی
۳	- آزمایش مقدماتی
۴	- تعریف مفاهیم و متغیر های اصلی بررسی
۱۲	- خلاصه ای از مطالعات انجام شده
۱۵ - ۲۱	- فصل دوم : تاریخچه توتون و تهیه سیگار
۱۵	- تاریخچه توتون
۱۶	توتون و اشکال مختلف مصرف آن
۲۰	آماده کردن برگهای توتون جهت تهیه سیگار
۲۲ - ۲۲	فصل سوم : ترکیبات شیمیائی سیگار

فهرست مطالب

۲

<u>صفحه</u>	<u>عنوان</u>
۲۲	- نیکوتین
۲۴	ارستیک
۲۵	اکسیدوکربن
۲۸	اسیدسیانیدریک
۲۹	آمونیاک
۳۰	کربنهای هیدروژن
۳۳ - ۵۲	فصل چهارم : عوارض و اختلالات ناشی از سیگار
۳۳	- عوارض و اختلالات سیگار
۳۷	- سیگار و تصلب شراغین
۳۷	- اختلالات گردش خون
۳۹	سیگار و آمفیزم
۳۹	- سیگار و اثران آن روی مغز
۴۰	- سیگار و اختلالات گوارشی
۴۱	- سیگار و سرطان
۴۵	- زن و سیگار

فهرست مطالب

<u>صفحه</u>	۳	<u>عنوان</u>
۴۷		- جنبه های اقتصادی سیگار
۵۱		- سیگار و ورزش
۵۴-۷۲		فصل پنجم : تجزیه و تحلیل یافته های بررسی
۳۱		- میزان موادمسی موجود در دود حاصله از یکمگرم توتون
۵۶		- توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب کشیدن سیگار در افراد خانواده
۵۷		- توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب نظر پدر و مادر دانشجویان
۵۷		- توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب علت کشیدن سیگار
۵۸		- توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب تمایل به ترک سیگار
۵۹		- توزیع فراوانی افراد نمونه با (درصد) بر حسب فرودادن دود سیگار
۶۰		- توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب نظر آنان درباره نقش آموزش
۶۱		- توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) در مورد اینکه آموزش از چه دوره ای شروع شود
۶۲		- توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب نظر آنان درباره گروهی که بیشتر تحت آموزش قرار میگیرند

صفحه	عنوان
۶۲	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب نظر درباره اولویت علل برنامه های آموزشی
۶۴	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب کشیدن سیگار را افراد خانواده و علت ادامه کشیدن سیگار آنان
۶۶	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب میزان مصرف سیگار و فرودادن دود سیگار
۶۶	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب کشیدن سیگار در صبح ناشتا و فرودادن دود سیگار
۶۷	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب کشیدن سیگار در صبح ناشتا و تمایل به ترک سیگار
۶۸	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب مدت کشیدن سیگار و فرودادن دود سیگار
۶۹	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب تمایل به ترک سیگار و نظر آنان درباره نقش آموزش
۷۰	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب نظر والدین درباره کشیدن سیگار دانشجویان و تمایل به ترک سیگار
۷۱	- توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب کشیدن سیگار را افراد خانواده و تمایل به ترک سیگار
۷۲-۷۶	فصل ششم : نتیجه گیری و پیشنهادات
۷۳	الف- نتیجه گیری

فهرست مطالب

۵

عنوان

صفحه

۷۵

ب- پیشنهادات

۷۷

خلامه فارسی

خلامه انگلیسی

فهرست منابع و مآخذ

ضمیمه .

فهرست جداول

شماره جدول	عنوان جدول	صفحه
۱	میزان مواد سمی موجود در دود حاصله از یکمب گرم توتون .	۳۱
۲	توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب کشیدن سیگار در افراد خانواده .	۵۶
۳	توزیع فراوانی افراد نمونه و درصد بر حسب نظر پدر و مادر دانشجویان .	۵۷
۴	توزیع فراوانی افراد نمونه و درصد بر حسب علت کشیدن سیگار .	۵۷
۵	توزیع فراوانی افراد نمونه و درصد بر حسب تمایل به ترک سیگار .	۵۸
۶	توزیع فراوانی افراد نمونه با درصد بر حسب فرودادن دود سیگار .	۵۹
۷	توزیع فراوانی افراد نمونه و درصد بر حسب نظر آنان درباره نقش آموزش .	۶۰
۸	توزیع فراوانی افراد نمونه و درصد در مورد اینکه آموزش از چه دوره ای شروع شود .	۶۱
۹	توزیع فراوانی افراد نمونه و (درصد) بر حسب نظر آنان درباره گروهی که بیشتر تحت آموزش قرار میگیرند	۶۲
۱۰	توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب نظر درباره اولویت علل برنامه های آموزشی .	۶۳
۱۱	توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب کشیدن سیگار افراد خانواده و علت ادامه کشیدن سیگار آنان .	۶۴
۱۲	توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب میزان مصرف سیگار و فرودادن دود سیگار .	۶۶
۱۳	توزیع فراوانی افراد نمونه بر حسب کشیدن سیگار در صبح ناشتا و فرودادن دود سیگار	۶۶

فهرست جداول

شماره جدول	عنوان جدول	صفحه
۱۴	توزیع فراوانی افراد نمونه برحسب کشیدن سیگار در صبح ناشتا و تمایل به ترک سیگار	۶۷
۱۵	توزیع فراوانی افراد نمونه برحسب مدت کشیدن سیگار و فرودادن دودسیگار.	۶۸
۱۶	توزیع فراوانی افراد نمونه برحسب تمایل به ترک سیگار و نظر آنان در باره نقش آموزش.	۶۹
۱۷	توزیع فراوانی افراد نمونه برحسب نظر والدین درباره کشیدن سیگار دانشجویان و تمایل به ترک سیگار.	۷۰
۱۸	توزیع فراوانی افراد نمونه برحسب کشیدن افراد خانواده و تمایل به ترک سیگار.	۷۱

رنج فراوان می‌کشیم تا به دود تلخ وزهر
کشنده، سیگار محتاج بشویم ، پس از آن
از مال و جان خود مایه می‌گذاریم تا رفع
این احتیاج را بکنیم ، آیا سزاوار است
که با چنین عملی خود را عاقل بدانیم؟

محمد حجازی

مقدمه:

امروزه اغلب برای عقیده‌انده عصر پیشرفته تکنولوژی و صنعت را باید به حق عراضطراب - تشویش و تضادهای نامید. پیشرفتهای مادی مشکلات معنی‌گوناگون با خود به همراه آورده که در نتیجه باعث دور شدن انسان‌ها از یکدیگر - کم شدن محبت و عواطف انسانی - تشویش - احساس اجاف ناایمنی و دیگر مشکلات اجتماعی میشود. مطالعه در این زمینه نشانگر آن است که اکثر افراد برای تسکین ناراحتیهای خود به مسکن و مواد مخدر پناه میبرند. برخی از افراد آرامش نسبی و کاذب خود را که ناشی از مطالب فوق میباشد با سیگار تسکین میدهند جای تاءسف است که حتی پزشکان با وجود آگاهی به مضرات سیگار و عوارض سوءآندردن از جمله مصرف کنندگان سیگار میباشند.

نهرودر کتاب "اندیشه‌های من" مینویسد که تاء شیرگاندی در من، در نخستین سالها این بود که زندگی خیلی ساده تر شد، مثلا یکبار سیگار را ترک نمودم و دیگر سیگار نکشیدم به سه علت: اول اینکه فکر کردم پول خود را بیهوده خرج میکنم و در هند که کشوری است فقیر، حتی این پول مختصری که من برای دخانیات خود صرف میکنم ممکن است به مصرف بهتری برسد. دوم اینکه این ترک سیگار برایم یک مفهوم انضباطی و تربیتی داشت و با خود میگفتم که

"چرا باید غلام و اسیر یک عادت بود". سوم اینکه چون سیگار کشیدن را در انظار عموم زشت میدانستم، لازم می‌آید مخفیانه بکشم و این خود خلاف بزرگی بود،

(۱)

زیرا کاری را که در نظر عموم نمیتوانم انجام دهم در خلوت چرا آنرا انجام دهم.

تقلید کورکورانه عادت به سیگار در نتیجه نقص یا عدم رشد شخصیت صورت گرفته و از آن پس شخص در اشعار و تکرار غیر ارادی آنرا ادامه میدهد.

اما این بدان معنی نیست که استعمال دخانیات در تمام طبقات به تنهایی علامت نقص و فقدان شخصیت بوده و با چنین عادت زشتی، کلیه امتیازات روحی و برتریهای دیگر افراد معروف و شخصیت‌های ممتاز را اجتماعی رامی‌بایست نادیده گرفته بلکه چنانچه اشاره شد، ابتدای امر یعنی آغاز استعمال دخانیات (که معمولا در سنین نوجوانی بعلت غلبه امیال و هوسها و عدم رشد شخصیت که یک نقص عمومی و یک عارضه همگانی است) مصادف با چنین نقائص روحی و ضعف اخلاقی در شخص است و بطور کلی، بصورت غیر ارادی و بی فکری صورت گرفته، نهایت در اثر بی توجهی برای سنین بعد ادامه یافته بطوریکه بسیاری از شخصیت‌های معروف علمی و اجتماعی در سنین بالاتر با ابراز لیاقت و شخصیت والاتری هنوز هم اسیر و پای بند سیگار و دخانیات مانده‌اند. هر چند هیچ کس نمیتواند دوران طفولیت و نوجوانی خود را مبرا از سهو و خطا و لغزش و

اشتباه بدانند یا معرفی نمایند، اما بذل توجه کامل به عدم تکرار اشتباهات
 درسین بالاتر خود یک برتری آگاهانه است، و هرگز عاقلانه نیست ما خطا و
 اشتباهی را که در گذشته از روی جهالت و ناآگاهی مرتکب شده و یا بدان گرفتار
 بودیم و برای پوشاندن قبح وزشتی آن خطا و یا به ابتذال کشاندن اصول و
 موازین اخلاقی برای پوشاندن نقائص روحی و اخلاقی خود در دوران آگاهی و
 بیداری نیز همچنان آنرا تکرار نمائیم. (۱)

سالهاست که ما شاهد سعی و کوشش بی حد از طرف ممالک مختلف جهان
 جهت کاهش تعداد معتادین به سیگار هستیم ولی شدت بیش از حد اعتیاد در اکثر
 معتادین و همچنین اهمیت زیاد اقتصادی کشت توتون در بعضی از ممالک و
 درآمدهای حاصله از مالیات و تولید سیگار در ممالک دیگر سبب پیدایش
 مخالفت‌هایی گردیده است. در کشورهای در حال توسعه در جائیکه مصرف سیگار
 در سالهای پیش پائین بوده بدست آوردن بازارهای خوب و بالابردن میزان
 مصرف سبب سعی و کوشش فراوان از طرف تولیدکنندگان گردیده است. در مقابل
 این کار این سؤال پیش می‌آید که بایستی چگونه مردمان این کشورها را از
 رنج و عذاب ناشی از استعمال دخانیات که کشورهای پیشرفته از سالها قبل
 بدان مبتلا بوده و اینها نیز در ۲۰ سال آینده دچار خواهند شد حفظ نمود. (۱۸)

"چارلز لمب مقاله نویسن انگلیسی دریکی از یادداشتهايش چنین نوشته است."

" برای خاطر توای توتون حاضرم جز مردم هرکار دیگری را انجام دهم."

اکنون پس از یک قرن، افزایش مرگ و میرهای نابهنگام و بیش از موقع

ناشی از تاء شیر استعمال دخانیات در ابتلا به بعضی بیماریها مورد توجه عده

زیادی از دانشمندان و پزشکان قرار گرفته است .

بهتر است در پایان این گفتار رشته کلام را بدست حافظ بسپاریم که

زبان حال مجموع را در یک بیت خلاصه نموده است .

غلام همت آنم که زیر چرخ کی بود

ز هر چه رنگ تعلق پذیرد آزاد است . (۱)