

المساعدة في الوقاية من الربو: حافظوا على منزلكم خالٍ من التدخين

ما هو التدخين السلبي؟

التدخين السلبي هو دخان التبغ المتطاير في الهواء. وهو الدخان الذي يتنفسه الناس من السجائر، أو السجائر الإلكترونية، أو المبخار، أو الغلايين، أو السيجار.

ما هو التدخين التراكمي؟

التدخين التراكمي هو الدخان الذي يتراكم على الأسطح والأنسجة حتى بعد انتهاء الشخص من التدخين.

لماذا يتسم بالأهمية؟

- ينبغي أن يتواجد الأطفال في أماكن يُحظر فيها التدخين دوماً.
- يعد التدخين السلبي والتدخين التراكمي مسببات رئيسية للربو، إلا أنه بوسعكم تلافيها.
- يحتوي دخان السجائر والسجائر الإلكترونية على مواد كيميائية، بما فيها مواد يمكن أن تسبب السرطان.

ما هي السجائر الإلكترونية أو المبخار؟

تنتج السجائر الإلكترونية سوائل ونيكوتين ذو نكهة ومشبع بالأبخرة. لا يخلُ البخار من الضرر، كما يمكنه أن يؤدي رئتي الأطفال النامية.

ما هو الربو؟

الربو هو حالة مرضية تسبب تورماً وتضيقاً في المجاري التنفسية. ويمكن للربو أن يسبب ألماً وتعباً في الصدر، فضلاً عن جعل الناس يشهقون ويسعلون.



الأشياء التي يمكنكم القيام بها لمساعدة طفلكم

- إذا كان الطفل مصاباً بالربو، فيمكن لتنفس الدخان السلبي أن يسبب له نوبات ربو أكثر شدة.
- يمكن أن يسبب التواجد بالقرب من الدخان السلبي للأطفال غير المصابين بالربو أعراضاً مشابهة لأعراض الربو.
- قد تبقى المواد الكيميائية التي يخلفها دخان التبغ (التدخين التراكمي) في الهواء أو على ملابسكم لعدة أيام أو أسابيع بعد إطفاء السجارة.
- التدخين التراكمي ليس آمناً على الإطلاق.
- يمكن لطبيب الأطفال الخاص بكم أن يساعدكم أو يساعد الآخرين للإقلاع عن التدخين.
- يعد الحفاظ على منزلكم خالياً من التدخين من أهم الأمور التي يمكنكم القيام بها لمساعدة طفل مصاب بالربو.
- التدخين السلبي ليس آمناً على الإطلاق.
- يمكن للتدخين السلبي أن يتسبب بالإصابات.
- يعتبر التدخين السلبي أكثر خطورة بالنسبة للأطفال مما هو عليه الحال بالنسبة للبالغين، نظراً لكونهم ما زالوا صغاراً وفي طور النمو.
- يُنقل الأطفال إلى المستشفى بسبب الربو أكثر من غيره من المشكلات الصحية الأخرى.
- يتغيب الأطفال المصابون بالربو عن المدرسة لعدد أكبر من الأيام مقارنة بالأطفال غير المصابين بالربو.