

التبغ (النيكوتين)

Le Centre National de Traitement, de Prévention et de Recherche en Addiction

Hôpital Psychiatrique Universitaire Arrazi
CHU Ibn Sina de Rabat - Salé, Maroc

Rue, Ibn Rochd, BP. 34, 11 005 - Salé, Maroc.
Tél.: 06 61 11 83 17 ou bien 05 37 86 26 84/99
poste 130 - Fax : 05 37 86 39 08

المركز الوطني للعلاج والوقاية والبحث في الإدمان

المستشفى النفسي الجامعي الرازي
المركز الاستشفائي الجامعي ابن سينا للرباط وسلا - المغرب

زنقة ابن رشد ص. ب. 34, 11 005 - سلا, المغرب
الهاتف : 06 61 11 83 17 أو 05 37 86 26 84/99
جهاز 130 - الفاكس : 05 37 86 39 08

بدعم من :

كما يؤثر على الجهاز التنفسي والقلب والشرايين.
إن الدخان الصادر عن السجائر يضر بغير المدخنين
المحيطين بالمدمن وهو ما يعرف بالتدخين السلبي.

• أفضل وسيلة للعلاج هي عدم التدخين لأن التبغ يسبب
إدمانا شديداً وهو المخدر المسؤول على أكبر نسبة من
الوفيات في العالم.



• توجد وسائل متعددة للإقلاع على التدخين كالأدوية
الإستبدالية مثل لصقة النيكوتين أو أدوية أخرى مصحوبة
بالعلاج النفسي.

• توجد مراكز متخصصة لعلاج الإدمان على التدخين
كالمركز الوطني للعلاج والوقاية والبحث في الإدمان
بالمستشفى الجامعي الرازي بسلا.

• وللتقليص من مخاطر التبغ يجب إستعمال السجائر
المتوفرة على "الفيلتر"، وتجنب مزجه مع الحشيش
أو تدخينه في الشيشة لتفادي المزيد من الأمراض التنفسية.

المركز الوطني للعلاج والوقاية والبحث في الادمان

يحتكم على عدم الخوض في استعمال التبغ

أو أي مخدر آخر...!



• التبغ عبارة عن نبتة تجفف وتستهمل لصناعة
السجائر، ويعتبر النيكوتين المادة المنشطة الأساسية
التي تؤدي إلى الإدمان لدى مدخني التبغ.

• يستعمل التبغ غالبا عن طريق التدخين (السيجارة،
السيجار أو الشيشة). وقد يمضغ أحيانا أو يتم
إستنشاقه (الكالة أو التنفيحة).

• يعتبر التبغ من المخدرات الأسهل تداولاً، وغالبا ما يستهان
بخطورته مع أنه يسبب إرتباطا نفسيا شديداً وبالتالي
مرض الإدمان.

• يشعر المدمن عند عدم إستعمال التبغ بأعراض
"الإقلاع"، كقلة الانتباه، التوتر، والقلق مما يجعل
المستهلك أكثر إرتباطا بهذا المخدر. زيادة على
النيكوتين، تحتوي السجائر على أكثر من 4000 مادة
سامة كالقطران وأكسيد الكربون.

• يؤدي التدخين إلى مخاطر صحية كبيرة حيث يؤثر على
معظم أعضاء الجسم، وقد يعرض للإصابة بالسرطان،
كسرطان الرئة، البلعوم، اللسان، الحنجرة والتمتانة.

