

بنام خداوند جان و خرد

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا

بخش آموزش به بیمار

## تأثیر سیگار بر کودکان



آدرس: شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا،

بیمارستان دنا

تلفن: 36490411-17

فاکس: 36490433



### شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	تأثیر سیگار بر کودکان
تهیه کننده	دفتر آموزش به بیمار
تأیید کننده	دکتر فضل اله هوشداران
سمت	پزشک جراح
سال تهیه	تابستان 1400
ناظر کیفی	م. برومند (سوپروایزر ارتقاء سلامت)
تحت نظارت و مشاوره دفتر مدیریت کیفیت بیمارستان دنا	



### روس بیستی نیری در کودکان

به محض اینکه کودک، قدرت تفکیک خوب از بد و زشت از زیبا را پیدا کرد، به او بیاموزید که چه موردهایی، خوب و چه موردهایی، بد است.

همان گونه که کودک را از آتش دور می‌کنید و یا زیان‌های مواد سمی، پاک‌کننده‌ها، الکل و مواد مخدر را به او تذکر می‌دهید، از زشتی‌های سیگار نیز به او بگویید. در سنین دبستان، کودک با خیال‌پردازی و تجربه‌اندوزی بر دانسته‌های خود می‌افزاید در نتیجه، با ارائه‌ی داستان‌ها و نمایش‌هایی از افرادی که سیگار برای‌شان مضر بوده و آنان را بدبخت و بیمار کرده و حتی باعث مرگ‌شان شده و یا اینکه سیگار چگونه چهره را زشت می‌کند و... به او آموزش دهید.

در این سن، کودک به راحتی مساله‌های اطراف خود را تجربه و ذخیره می‌کند و سیگار کشیدن پدر و مادر به طور غیرقابل‌تصور، روی او اثر می‌گذارد. وقتی پدر سیگاری در کنار کودک خود سیگار می‌کشد و با او درباره‌ی ضررهای سیگار سخن می‌گوید، او را دچار دوگانگی می‌کند و به این ترتیب، حتی در موردهای دیگر زندگی نیز پدر را فرد قابل‌اعتمادی نمی‌بیند.



فرزندان افراد سیگاری، دو برابر افراد عادی، سیگاری می‌شوند. سیگار کشیدن بزرگ‌ترها و تعارف سیگار به دیگران، اثر نامطلوبی بر کودکان دارد. کودک پیش از آنکه وارد جامعه شود، اغلب در منزل یا محیط‌های خانوادگی و تلویزیون، شاهد صحنه‌های سیگار کشیدن است. امروزه، کودکان به راحتی حتی از سنین پایین در معرض سیگار قرار می‌گیرند.

بهتر است هر چه زودتر، فرزندان را از این خطر آگاه کنید، چرا که کشیدن حتی یک نخ سیگار می‌تواند زمینه‌ساز و عاملی برای اعتیاد به سیگار در نوجوانی باشد.

برای کودکی که در کنار او، سیگار کشیده می‌شود و از همان ابتدا با کشیدن سیگار توسط پدر و مادر خود که تنها الگوهای او هستند، آشنا می‌گردد، هر قدر هم تبلیغ‌هایی بر ضد سیگار صورت گیرد، فایده ندارد و او تا عارضه‌های دخانیات را به چشم نبیند، از این کار دست بر نمی‌دارد.

پدر و مادر برای پیش‌گیری از سیگاری شدن کودک خود، باید زمان بیش‌تری را به او اختصاص دهند. کودک، زمانی که در کنار پدر و مادرش است، احساس لذت می‌کند و قدرشان را می‌داند، حتی اگر این لحظه‌ها با کارهای معمولی پر شوند، این لحظه‌ها، فرصت‌های گران‌بهای هستند تا آداب زندگی کردن و تجربه‌های شخصی به کودکان منتقل شوند.



### تأثیر پدر و مادر سیگاری بر کودکان

پدر و مادری که سیگار می‌کشند، در مورد شادابی و سلامت خود و کودکان‌شان سخت در اشتباهند و این اشتباه، جبران‌ناپذیر است.

**هر قدر هم قانون‌ها محکم باشند و کشیدن سیگار در مکان‌های عمومی و سر بسته ممنوع باشد، کودکان در خانه‌های خود، جایی که قانون‌ها حکم‌فرما نیست، دچار آلودگی می‌شوند.**

لازم است بدانید بیش از 500 میلیون کودک در جهان در معرض دود تحمیلی سیگار هستند.

### کودکان بی‌گناه، پدر و مادران گناه کار

دود سیگار باعث مشکل‌های رفتاری در کودکان می‌شود. در خانواده‌هایی که دخانیات مصرف می‌شود، مشکل‌های رفتاری کودکان، تا 20 درصد افزایش می‌یابد.

اختلال در یادگیری و کاهش قدرت درک و اشکال در توانایی کودک در حل مساله‌های ریاضی و نیز کاهش قدرت مطالعه‌ی کودکان، از دیگر مشکل‌های ایجاد شده توسط دود سیگار می‌باشد.

-کودکان مادران سیگاری، قدی کوتاه‌تر از حد متوسط جامعه دارند.

