

۱) مهمترین عامل مرگ و میر در قرن بیستم چه بوده است؟ تعداد مرگ و میر حاصل از آن چقدر بوده است؟

دانیان - حدود ۱۰۰ میلیون نفر

۲) به طور کلی دانیات شامل چه موادی هستند؟

سیگار و هر ماده یا فرآورده ای که تمام یا بخشی از ماده قام آن از گیاه توتون یا تنباکو یا مشتقات آنها می باشد. مثل پیپ و قلیان و پیپ و یا مواد دقانی بدون دود مثل تنباکوی پیورنی و مکیرنی یا استنشاقی

۳) مواد اصلی تشکیل دهنده سیگار کدامند؟ از سوختن این مواد چه مواد مضرری ایبار میشود؟

توتون و کاغذ و فیلتر و برقی از افزودنی ها - از سوختن این مواد بیش از ۷ هزار ماده سمی و ۷۰ نوع ماده سرطانزا ایبار میشود.

۴) پرمصرف ترین ماده دقانی در جهان چیست و مصرف آن در کدام قشر رو به افزایش است؟

سیگار - قشر جوان

۵) برخ از مضرترین مواد سمی موجود در مواد دقانی را نام ببرید؟

نیکوتین - قطران (تار) - آرسنیک - سیانیدریک اسید - مواد رادیو اکتیو (پرتو زا) - آمونیاک - کربور های هیدروژن

۶) نیکوتین موجود در مواد دقانی چه اثراتی بر بدن دارد؟

الف) نیکوتین سبب انقباض رگ های داخل بینی و خلج شدن حرکات مزک های داخل مفاط سینوس های بینی و مباری تنفسی می شود و زمینه سینوزیت و التهاب گوش و حلق و بینی را افزایش میدهد.

ب) اعتیاد آور است ج) باعث افزایش بروز سکتة قلبی و افزایش قند فون میشود.

۷) ماده اعتیاد آور در دانیات چه نام دارد؟

نیکوتین

۸) قطران (تار) در دانیات به چه موادی گویند و چه اثر مضرری دارند؟

ذرات ریز موجود در دود سیگار که در ریه ها جمع شده و پوسته ضمیم قهوه ای رنگی را تشکیل میدهند این مواد قاوی عوامل سرطانزا هستند.

۹) اثرات آرسنیک موجود در مواد دقانی بر بدن را بیان کنید؟

آرسنیک نوعی گاز سیگار است که از طریق ریه و کبد و کلیه ها و طحال جذب می شود و پس از دو هفته در پوست و مو و استخوان جایگزین میشود و در برز سرطان لب نقش دارد.

۱۰) سیانیدریک اسید موجود در دانیات چگونه وارد بدن شده و چه تاثیری بر بدن دارد؟

این ماده سمی در هنگام مصرف دانیات تبفیر شده و وارد ریه ها و سپس فون میشود و تنفس سلولی را در سلول های بدن مفلت میکند.

۱۱) تاثیر مواد رادیو اکتیو موجود در دانیات بر بدن چیست؟

این مواد در ریه ها جمع شد و وارد فون میشوند و از عوامل اصلی ایجاد سرطان محسوب می شوند و بر روی ریه های و پشم و فون و پوست عوارض جبران ناپذیری بر جای میگذارند .

۱۲) کد ۴ ماده موهور در دقانیات باعث تفریک و تفریب بافت های بدن به ویژه ریه ها میشود ؟

آمونیاک

۱۳) سالانه چه مقدار برای دقانیات در جهان هزینه میشود ؟

سالانه ۱۰ هزار میلیارد دلار که بین ۲ تا ۳ برابر آن نیز صرف درمان بیماری های ناشی از دقانیات میشود .

۱۴) سیر مصرف دقانیات در جهان چگونه است ؟

مصرف سیگار در جهان صعودی دارد و هزینه های آن نیز در حال افزایش است .

۱۵) چرا مصرف قلیان به فصوص در بین نوجوانان در کشور ما روبه افزایش است ؟

زیرا اکثر مردم تصور میکنند قلیان بر خلاف سیگار ضرری ندارد و نسبت به مصرف آن حساسیت کمتری نشان میدهند .

۱۶) دود ناشی از قلیان چه عوارضی دارد ؟

الف) دود قلیان حاوی مقادیر زیادی مواد سمی است که ب عنوان عامل اصلی بروز سرطان ریه و بیماری های قلبی -عروقی و سایر بیماری ها هستند .
ب) نیکوتین موهور در آنها اعتیاد آور است .

۱۷) فرد مصرف کننده قلیان در معرض چه مواد شیمیایی قرار دارد ؟

مواد شیمیایی سرطانزا - گاز های فطرناک مثل مونو اکسید کربن - فلزات سنگین - ترکیبات شیمیایی ناشی از سوختن زغال و یا مواد ایجاد کننده حرارت - تنباکوی میوه ای دارای افزودنی های مضر است که باعث سرطان و بیماری های فطرناک مثل آلرژی آسم و حساسیت میشود .

۱۸) کشیدن قلیان با استفاده از شلنگ مشترک چه عوارضی دارد ؟

باعث انتقال بعضی بیماری ها مثل اگزمای دست و عفونت هایی مثل سل و ویروس و تبخال و هلیکو باکتر میشود .

۱۹) ۹۰ درصد افرادی که اعتیاد به مواد دقانی دارند از چه سنی شروع کرده اند ؟

زیر ۱۸ سال

۲۰) برقی از مهمترین عوامل مهیطی که نوجوانان و جوانان را به سمت مصرف مواد دقانی سوق میدهد را بیان کنید ؟

الف) احساس جذاب شدن و مورد توجه بودن
ب) مستقل و بزرگ شدن

ج) اجتماعی شدن و پذیرفته شدن توسط همسالان
د) الگو برداری از هنر پیشه ها و افراد معروف

ت) مصرف دقانیات توسط والدین و دوستان
ث) ساده انگاری در مصرف قلیان

و) اشتغال ذهنی و دغدغه های فکری
ن) در دسترس بودن و قیمت پایین مواد دقانی

ش) وجود تنش و ناهنجاری های خانوادگی
س) باور های غلط در مورد سیگار مثل رفع فستگی و اضطراب

۲۱) منظور از دود دست دوم مواد دقانی چیست؟

دود ناشی از سوختن سیگار و دقانیات که دیگران را به طور غیر مستقیم الوده می کند.

۲۲) فرزندان افراد سیگاری در معرض چه عوارضی هستند؟

میزان بروز سرما خوردگی و عفونت گوش میانی و گلو درد و سرفه و گرفتگی صدا در این کودکان بیشتر است.

۲۳) منظور از دود دست سوم دقانیات چیست؟

دود دست سوم همان بوی سیگار است که به صورت دود در هوا مشاهده نمیشود.

۲۴) دود دست سوم دقانیات چگونه منتقل میشود و چه عوارضی دارد؟

سموم ناشی از سوختن مواد دقانی از طریق لباس و پوست و مو و وسایل اطراف فرد سیگاری به دیگران منتقل میشود و اثر آن تا ماه ها پایدار و تاثیر گذار است و همان عوارض دود سیگار را دارد.

۲۵) ۹۰ درصد نیکوتین دود سیگار به چه نقاطی در منزل می پسر؟

به دیوار و سطوح و وسایل نرم درون خانه مثل فرش و بالش و مبیل و نیز لباس و مو و پوست افراد

۲۶) الکل در کدام عملکرد های بدن اثر میگذارد؟

عملکرد جسمی و روانی

۲۷) مهمترین پیامد های فوری یا کوتاه مدت مصرف مشروبات الکلی را بیان کنید؟

افتلال در سیستم اعصاب مرکزی

۲۸) مهم ترین عوارض ناشی از تاثیر الکل بر سیستم اعصاب مرکزی را بنویسید؟

عدم تعادل در حرکت و تکلم - کاهش تعداد تنفس - کاهش ضربان قلب - کاهش فشار خون در موارد شدید میتواند باعث کما و حتی مرگ شود.

۲۹) شایع ترین تاثیر بلند مدت مصرف مشروبات الکلی چیست؟

سیروز کبدی

۳۰) بیماری سیروز کبدی چیست؟ الکل چه تاثیری در بروز آن دارد؟

در این بیماری کبد کالری های اضافی بدن را تبدیل به چربی کرده و در خود ذخیره میکند و باعث ایجاد وضعیتی به نام کبد چرب میشود.

مصرف مداوم الکل باعث میشود کبد نتواند چربی های اضافی را به نقاط دیگر بدن منتقل کند و سلول های کبد پر از چربی شده و کارکرد خود را از دست بدهند.