

دل سپردن خانم‌ها به قل قل قلیان!

۳۰ درصد زنان ایرانی قلیان مصرف می کنند؛ پای صحبت آنان درباره علل این وابستگی تلخ

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

دوشنبه ۱۱ آذر ۱۳۹۸
۵ ربیع الثانی ۱۴۴۱ • ۲۰ دسامبر ۲۰۱۹
شماره ۲۰۵۶

۱۴۷۷



دندان خراب کودکان، همیشه



نیازی به پرکردن ندارد

وقتی مورد خیانت واقع می شویم چه کنیم؟



هر دو خبر اخیر مربوط به خیانت که در فضای مجازی پربازدید شد به قتل انجامید

هلش بده تو سطل زباله

تا بخندیم!

درباره ویدئوی تلخی که از یک کودک کار رانشان می دهد



داستان «خرمای مهربان» برای کودکان



«سیگار و قلیان یکی از عوامل مرگومیر در دنیا شناخته می شود.

تمام سرطان‌ها، ۷۰ درصد بیماری‌های ریوی، ۵۰ درصد بیماری‌های قلبی عروقی و مرگ‌های ناشی از آن با مصرف دخانیات ارتباط دارند.» رئیس مرکز تحقیقات، پیشگیری و کنترل دخانیات کشور با این مقدمه، آمار جالب و قابل تأمل دیگری هم می دهد: «طبق جدیدترین آمارها، حدود ۲۰ درصد آقایان و ۲ درصد خانم‌ها در کشورمان روزانه سیگار می کشند. البته این آمار برای قلیان متفاوت است به طوری که حدود ۳۰ درصد خانم‌ها و ۳۰ درصد آقایان گهگاه مصرف قلیان دارند.» به همین بهانه و در پرونده امروز زندگی سلام به یکی از پاتوق‌های شبانه جوان‌ها در یکی از ویلاهای سرزده‌ایم تا با خانم‌ها درباره دلایل افزایش میزان مصرف قلیان در چند سال اخیر، گپوگفتی داشته باشیم. یک روان‌شناس هم از عوامل و آسیب‌های روان‌شناسانه افزایش مصرف قلیان توسط خانم‌ها خواهد گفت و آمارهای جالبی درباره قلیان و مضراتش خواهید خواند.

برای تفریح می‌کشیم و سرگرمی و لذت!

سرکی به یکی از پاتوق‌های شبانه جوان‌ها که دودزبان‌جا باعث می‌شود چشم‌هایم در لحظات ابتدایی بسوزد!

نظرم کشیدن قلیان توسط خانم‌ها در سال‌های آینده، بیشتر و بیشتر هم خواهد شد.

فکر نمی‌کنید خودتان به قلیان کشیدن معتاد شده‌اید؟
من بیشتر تفریحی قلیان می‌کشم و فقط زمان‌هایی که در جمع هستم، این کار را می‌کنم. خودم در خانه هم قلیان دارم اما وقتی تنها بودم، هیچ وقت استفاده نکردم چون حوصله درست کردنش را ندارم و ترجیح می‌دهم بیشتر با دوستانم قلیان بکشم چون در جمع دوستانه لذت بیشتری دارد.

چه لذتی؟

در کنار نوشیدن چای و صحبت درباره درد دل‌های دوستانه که معمولاً هم ناراحت‌کننده است، قلیان خیلی می‌چسبد. خانواده‌تان می‌دانند قلیان می‌کشید؟
خانواده قبلاً مخالفت می‌کردند و ناراحت می‌شدند حتی چندین بار در همین باره با پدرم بحث کردیم اما به مرور زمان که قلیان کشیدن برای خانم‌ها به قول معروف جا افتاد، خانواده‌ام هم دیگر مخالفتی نداشتند و فقط اصرار داشتند کمتر قلیان بکشم.

واقعاً فکر می‌کنید این روزها قلیان کشیدن خانم‌ها به قول خودتان جا افتاده و طبیعی‌تر شده؟
بله، صد درصد. جامعه دیگر قلیان کشیدن خانم‌ها را قبول کرده، همان‌طور که سیگار کشیدن‌شان را پذیرفته یا در حال پذیرش آن است. مثلاً چندین سال پیش، نی قلیان را با ترس و لرز دست‌مان می‌گرفتیم و همه نگاه‌ها دنبال‌مان می‌کرد اما حالا حتی سیگار کشیدن خانم‌ها هم طبیعی شده و در جمع‌های دوستانه و حتی خانوادگی، بعضی زوج‌های جوان را می‌بینید که یک‌پای ثابت قلیان و سیگار شده‌اند.

ظاهراً سیگار هم می‌کشید؟
بله، البته فقط سیگار و قلیان می‌کشم. مصرف این دو، باعث نشده که به سمت مواد مخدر بروم چون از استعمال مواد مخدر می‌ترسم.

۵۰۰

در صد، میزان رشد واردات تنباکوهای میوه‌ای به کشور در چند سال اخیر است

۵۰

برابر حد مجاز، میزان سرب موجود در تنباکوهای معطر است

۳۵

هزار تن تنباکو در کشور سالانه دود می‌شود

۲۰۲

برابر سیگار، عوامل ابتلا به سرطان در قلیان وجود دارد

۱

ساعت صحبت کردن فردی که قلیان نمی‌کشد با طرف مقابلش که در حال قلیان کشیدن است، برابر مصرف ۶ تا ۸ نخ سیگار در همان مدت است

۳

برابر بیشتر از هر روین، میزان وابستگی و اعتیاد به قلیان است

۲/۵

دقیقه یک بار، یک نفر به استعمال قلیان در کشور رو می‌آورد که ۷۰ درصد این میزان برای نخستین بار در کمتر از ۱۷ سالگی رخ می‌دهد.



منابع آمار: فارس، خبر آنلاین، ایستا، باشگاه خبرنگاران

آیا قلیان آرامش‌بخش است؟

دلایلی وجود دارد که استعمال قلیان به هیچ‌وجه از منظر روان‌شناسی تایید نمی‌شود

دکتر رضا یعقوبی | روان‌شناس سلامت



جوانان از نظر روانی یک حس کنجکاوی در خصوص دخانیات دارند و این حس کنجکاوی متأسفانه برای همه نوع مواد مخدر وجود دارد ولی به لحاظ ترسی که استعمال موادی همچون تریاک، هرویین و حشیش دارد، بسیاری حاضر به تجربه آن‌ها نیستند اما این ترس در خصوص قلیان وجود ندارد. قلیان باعث رنگ‌پریدگی و وزردی چهره می‌شود که افت روحی را در پی دارد و از این رو به هیچ‌وجه استعمال قلیان از نظر سلامت و روان‌شناسی تایید نمی‌شود. در ادامه نکاتی در همین باره مطرح خواهد شد.

تصوراتی اشتباه درباره آرامش‌بخش بودن قلیان

قلیان یک وسیله برای مصرف تنباکو است که تفاوت‌های خاصی با انواع دیگر مصرف آن مانند سیگار دارد. نیکوتین موجود در تنباکو به مرور زمان خاصیت وابستگی ایجاد می‌کند اما برخلاف بسیاری از مواد، میزان وابستگی جسمی آن کم است و بیشتر وابستگی روانی دارد. به ندرت افرادی که به سمت مصرف قلیان می‌روند به دلیل نیکوتین موجود در آن است بلکه این وسیله معمولاً همراه با تشریفات خاصی است که بر جذابیت آن بین افرادی که افزایش می‌یابد. یکی از این جذابیت‌ها، این است که قلیان معمولاً یکی از خدمات برخی کافه‌ها در دورهمی‌های خانوادگی و دوستانه است. این موضوع باعث می‌شود در کنار قلیان، لذت‌های دیگر مثل گفت‌وگو، تماشای فیلم و... وجود داشته باشد و این همزمانی قلیان با یک عامل لذت‌بخش یا آرامش‌بخش می‌تواند باعث تبدیل آن به یک محرک شرطی شود و آن رفتار را تداوم بخشد. در واقع فردی که قلیان می‌کشد، فکر می‌کند خود قلیان کشیدن باعث آرامش یا لذت او می‌شود در حالی که این طور نیست و معمولاً فضای همراه با قلیان است که باعث می‌شود فرد آن رفتار را ادامه دهد.

دلایل طبیعی تر شدن مصرف قلیان توسط خانم‌ها

قبلاً این رفتار در میان دخترها کمتر شایع بوده به این دلیل که دخترها دوست نداشتند از قلیان استفاده کنند بلکه به نظر می‌رسد این روزها دخترها نسبت به گذشته آزادی بیشتری در رفتارهای خود دارند و احتمالاً محدودیت‌های کمتری را از طرف خانواده، همسالان و حتی جامعه احساس می‌کنند. باز خوردی که خانواده‌ها و جامعه به این رفتار نشان می‌داند، قبلاً برای یک دختر به عنوان یک رفتار نابهنجار در نظر گرفته می‌شد ولی اکنون ممکن است حداقل در خیلی از خانواده‌ها دیگر چنین نباشد. دلایل مختلف دیگری هم می‌توان برای آن برشمرد. به عنوان مثال، قبلاً این رفتار بیشتر مردانه تلقی می‌شد ولی الان دیگر چنین دیدگاهی ممکن است وجود نداشته باشد. دلیل دیگر ممکن است این باشد که قلیان یک تفریح ارزان قیمت و در دسترس است و شاید ممنوع نبودن آن در جامعه به گسترده‌گی مصرف آن کمک کرده است. خلاصه‌الاین جاست که قلیان مانند سیگار و حتی بیشتر از آن برای سلامتی مضر است و به هیچ‌عنوان مورد تأیید نیست اما با این وجود چرا یک فرد به سراغ این رفتار می‌رود؟

عاقبت تأثیرپذیری شدید زنان از گروه همسالان

هرچند فرضیات زیادی در این باره وجود دارد اما شاید پاسخ این سوال در نوعی گم‌گشتگی هویت نهفته باشد که اغلب دختران را درگیر کرده است. این روزها اگر به یک دختر بگویید قلیان برای سلامتی‌ات ضرر دارد، ممکن است در حالی که دود قلیان را به صورت تان فوت می‌کند، بگوید: «سلامتی به چه دردی خورد؟! او یا یک پوز خند شمارا متهم به نصیحت کردن بکنند! نکته‌ای که وجود دارد تأثیرپذیری شدید دختران از گروه همسالان و رفتارهایی است که دوستان آن‌ها از خود نشان می‌دهند و وقتی که نقش خانواده‌ها در پیشگیری از این موضوعات کم‌رنگ‌تر می‌شود، عوامل دیگر از جمله فضای مجازی جای آن را پر خواهد کرد. پیشنهاد ما این است با توجه به اهمیت شکل‌گیری شخصیت افراد در خانواده، والدین باید نقش پررنگ‌تری در مدیریت رفتارهای فرزندان ایفا کنند. همچنین زمینه برای پرداختن دختران به هیجانات خودشان از راه‌های سالم در جامعه فراهم شود و خانواده و جامعه بستر مناسب را برای پرداختن به هدف‌های باارزش‌تر در زندگی از جمله هنر، ورزش و ادامه تحصیلات فراهم کنند. وقتی یک دختر در زندگی هدف داشته باشد و زمانش را صرف فعالیت‌های سازنده کند، به سلامتی خود بیشتر اهمیت می‌دهد و از سرگرمی‌های زیان‌آور فاصله خواهد گرفت.