

דגם עישון

נזקי עישון למערכת הנשימה

שים לב !

אזהרות:

✘ יש להפעיל על ידי מורה / לבורנט/ית בלבד.

✘ עקב "החוק למניעת העישון במקומות ציבוריים והחשיפה לעישון" יש להשתמש בחלל הפתוח בלבד

הוראות הפעלה:

✓ יש להחזיק את בסיס הדגם בעת השאיבה על ידי המזרק.

✓ יש לקצוץ את פילטר הסיגריה לפני הכנסתה לדגם.

✓ יש להוציא את הסיגריה לפני גמר עישונה על ידי פינצטה בכדי למנוע שריפת הפיה המחזיקה את הסיגריה.

✓ לאחר עישון הסיגריה ניתן להעביר את הדגם בין ילדי הכיתה להצגת

הצמר- גפן הספוג בעתרון

רקע תיאורטי:

לעישון טבק יש השפעות ישירות ובלתי-ישירות על בריאותם של המעשנים ושל הנחשפים לעשן, גם אם אינם מעשנים בעצמם (עישון פאסיבי). כמעט כל השפעות העישון הן שליליות, וגורמות לנזקים בדרגות חומרה שונות.

השפעת העישון על הבריאות הוכחה כמזיקה באופן חד משמעי, בעיקר לטווח הארוך. המחלות הראשונות הנקשרות לעישון הן דלקת הסימפונות הכרונית ומחלת הריאות הכרונית, שמפריעה לחילופי גזים בריאות.

הסובלים ממחלה זו משתעלים, בעיקר בבוקר, וכושרם הגופני הולך ויורד עד שכל מאמץ, אפילו הקל ביותר, הופך כמעט בלתי אפשרי עבורם בשל מיעוט החמצן בדם. כמו כן, קיים קשר ברור בין סיגריות לבין סרטן הריאה והתקפי לב.

על פי נתונים סטטיסטיים מצטברים הנאספים מזה שנים במדינות רבות בעולם, שיעור התמותה מסרטן הריאה בקרב מעשנים גדול פי עשרה ויותר מאשר אצל לא מעשנים.

למעשה, 80% מכל מקרי סרטן הריאה מתגלים אצל מעשנים. בשלושים השנים האחרונות עלתה בצורה דרמטית שכיחותה של מחלה איומה זו, עלייה שהקשר שלה לעישון סיגריות הוכח מעל לכל ספק, גם על פי נתוני ישראל.

עישון לטווח ארוך גורם גם לקוצר נשימה, לכושר גופני ירוד, לזיהומים רבים ומחלות בדרכי הנשימה כגון הצטננות, דלקת ריאות ועוד. בנוסף, גורם עישון לטווח ארוך לכיבי

קיבה, להשפעות על הפוריות אצל גברים ונשים ולהירפאות איטית יותר ממחלות
ופצעים, דבר שנגרם עקב מיעוט ויטמין C בדם, ויטמין אשר חיוני לריפוי פצעים
ומחלות.

נזקי העישון הפסיבי

עישון פסיבי (או: עישון כפוי) הוא שאיפת העשן של הסיגריה של המעשן על ידי אדם
אחר שאינו מעשן. גם מעשנים פסיביים סובלים מנזקים רבים לריאות ולדרכי הנשימה,
וסיכוייהם לחלות בסרטן ריאה גדולים פי שלושה מסיכוי של הלא מעשן שאינו נמצא
בסביבת מעשנים. אחרי עשר דקות של חשיפה לעשן השווה לעישון של עשר סיגריות,
נתגלו אצל מעשנים פסיביים תופעות כגון גירויים באף, בעיניים ובדרכי הנשימה, גירוד
וצריבה בעיניים, נזלת, עיטוש, יובש בפה, שיעול, כאב ראש, עייפות וסחרחורת.

בעישון פסיבי שנמשך שעה, עלול המעשן הפאסיבי לשאוף חומרים מסרטנים בכמות
שוות ערך לעישון 15 סיגריות פילטר, וזאת מכיוון שהעשן הנפלט מפי המעשן הינו
מסוכן, והוא מכיל פי שניים ניקוטין וזפת ופי חמישה פחמן דו חמצני מהעשן הראשי.
אצל ילדים ותינוקות החשופים לעישון התגלו זיהומים במערכת הנשימה, שיעולים,
דלקת סימפונית ודלקת ריאות, וכן מחקרים הראו כי ילדים החיים במשפחות בהן
לפחות אחד מההורים מעשן, חולים בתדירות גדולה פי שניים מילדים להורים לא
מעשנים. אצל מעשנים פסיביים, כמו אצל מעשנים, עלולים להתעורר קשיי נשימה,
בייחוד במצבים של מאמץ גופני. בנוסף, אישה בהריון שאינה מעשנת אך נחשפת
לעישון, גורמת בכך נזק לעובר שעלול להתבטא בפגיעות התפתחותיות וכן לידות פג.