



## الإقلاع عن تدخين التبغ والعلاج

أحد الإجراءات الست الخاصة بفعالية التكاليف والمُصدّق عليها من قبل منظمة الصحة العالمية  
لخفض عدد ضحايا التبغ

من بين المدخنين المُدركين لمخاطر التبغ هناك ثلاثة من بين كل أربعة يريدون الإقلاع عن التدخين.<sup>1</sup> ومع ذلك فإن 95% من سكان العالم لا يستطيعون الحصول على علاج للإعتماد على التبغ.<sup>2</sup> على غرار الأشخاص المعتمدين على أي مُخدّر إدماني، يكون من الصعب لمعظم مُتعاطي التبغ الإقلاع بمفردهم ويستفيدون من الدعم والمساعدة للتغلب على إعتمادهم.<sup>3</sup>

"تُشير الإحصائيات الحالية إلى أنه لن يكون ممكناً خفض عدد الوفيات المرتبط بالتبغ على مر الـ 30 إلى 50 عاماً القادمة إلا إذا تم تشجيع المدخنين من الراشدين على الإقلاع عن التدخين."

– توصيات منظمة الصحة العالمية بشأن السياسات الخاصة بالإقلاع عن التدخين  
ومعالجة الإعتقاد على التبغ، 2003

### توصيات إتفاقية منظمة الصحة العالمية الإطارية لمكافحة التبغ (FCTC)

تُطالب المادة 14 من الإتفاقية الإطارية لمكافحة التبغ الأطراف بوضع برامج للإقلاع عن التدخين عن طريق مجموعة من الإجراءات تتضمن تشخيص وعلاج الإعتماد على النيكوتين في إطار برامج الصحة الوطنية، وإقامة برامج ضمن مرافق الرعاية الصحية ومراكز التأهيل الصحي للتشخيص وإسداء المشورة والعلاج بالإضافة إلى التعاون مع الدول الأخرى لزيادة نسبة الحصول على علاجات للإقلاع عن التدخين.

#### رسائل رئيسية

- ثلاثة من كل أربع مدخنين ممن يُدركون خطورة التبغ يريدون الإقلاع عن التدخين.
- تساعد خدمات الإقلاع عن التدخين المدخنين على الإقلاع لكنها تكون في أغلب الأحيان غير مُتاحة.

#### خدمات الإقلاع عن التدخين

- تساعد خدمات الإقلاع عن التدخين المدخنين على الإقلاع. فمن الصعب على كل الذين يتعاطون التبغ الإقلاع بمفردهم وهم يستفيدون من الدعم والمساعدة للتغلب على إعتمادهم.<sup>4</sup>
- يجب أن يتضمن أي برنامج فعّال للإقلاع عن التبغ مجموعة من طرق العلاج لمساعدة المدخنين على الإقلاع بطريقة مناسبة.
- إدخال خدمات الإقلاع عن التدخين في مرافق الرعاية الصحية الأولية يُعزّز الحاجة إلى التوقّف عن تعاطي التبغ.<sup>5,6,7</sup>
- يمكن تشغيل أماكن الإقلاع بأقل التكاليف، ومن السهل الوصول إليها كما أنها أهل للثقة ويمكن تزويدها بالعمالة لساعات طويلة.<sup>8</sup>
- قد ثبت أن العلاجات العقاقيرية كالعلاج ببدايل النيكوتين تُضاعف مرتان أو ثلاث مرات نسب الإقلاع عن التدخين.<sup>9</sup>

• يمكن لزيادة الضريبة على التبغ أن تموّل علاجات الإقلاع عن التدخين التي ستُنقذ حياة الأفراد وتُقلل بشدة من عبء الأمراض.<sup>10</sup>

---

<sup>1</sup> Jones JM. Smoking habits stable; most would like to quit. 18 July 2006. Gallup News Service. Available from: <http://www.gallup.com/poll/23791/Smoking-Habits-Stable-Most-Would-Like-Quit.aspx>.

<sup>2</sup> World Health Organization. WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2008: *mpower*. Geneva: WHO; 2008. p. 48.

<sup>3</sup> WHO: *mpower*, 29.

<sup>4</sup> Ibid.

<sup>5</sup> WHO: *mpower*, 30.

<sup>6</sup> Solberg LI et al. Repeated tobacco-use screening and intervention in clinical practice: health impact and cost effectiveness. *American Journal of Preventive Medicine*. 2006;31(1):62–71.

<sup>7</sup> West R, Sohal T. "Catastrophic" pathways to smoking cessation: findings from national survey. *British Medical Journal*. 2006;332(7539):458–460.

<sup>8</sup> WHO: *mpower*, 30.

<sup>9</sup> Tobacco Advisory Group of the Royal College of Physicians. Nicotine addiction in Britain; a report of the Tobacco Advisory Group of the Royal College of Physicians. London, Royal College of Physicians of London, 2000. Available from: <http://www.rcplondon.ac.uk/pubs/books/nicotine>,

<sup>10</sup> WHO: *mpower*, 48.