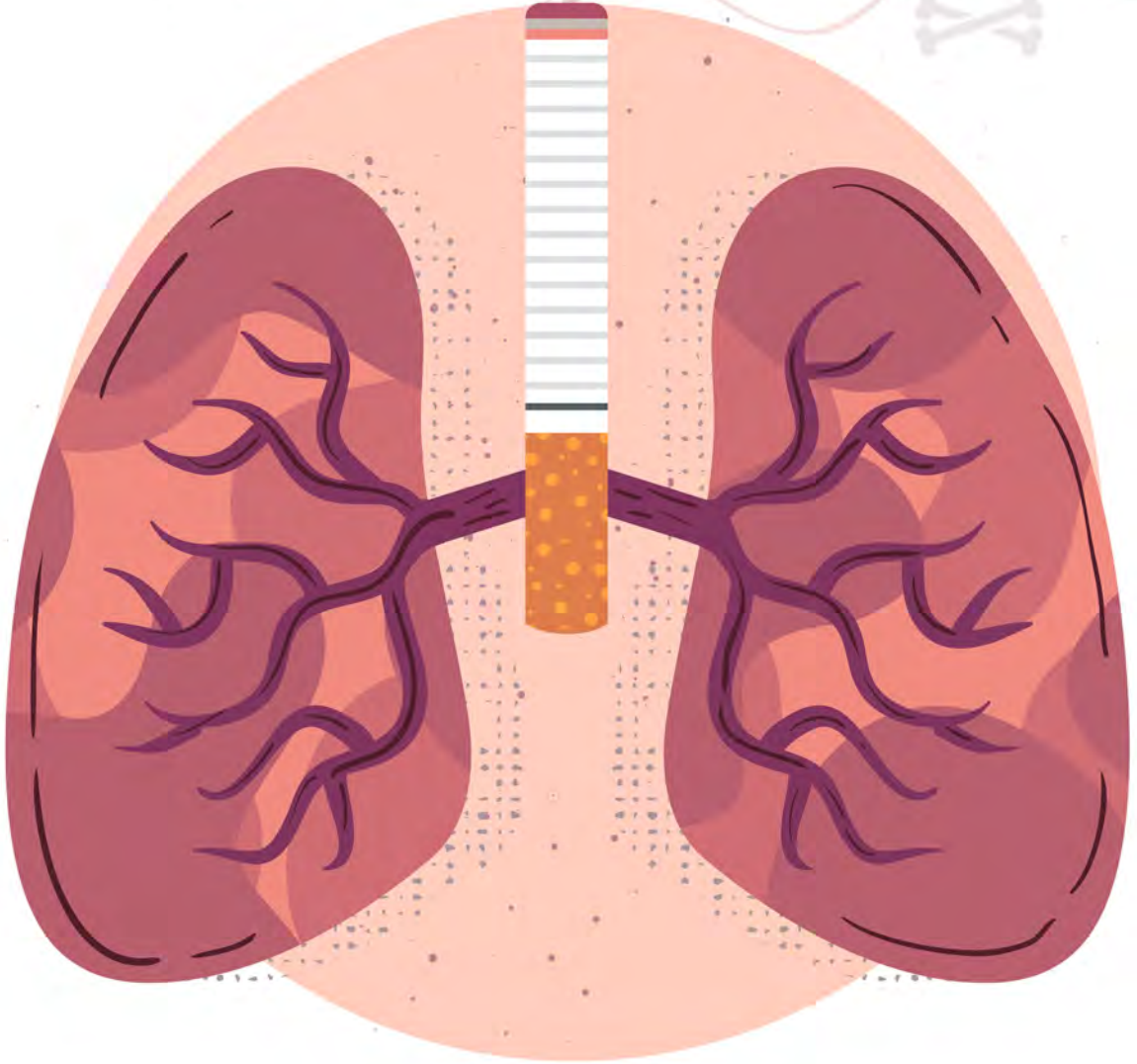




المملكة العربية السعودية
وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية
مركز التنمية الاجتماعية بمحافظة بدر
جمعية التنمية الأهلية يئبغ النخل
مسجلة بالمركز الوطني لتنمية القطاع غير
الربحي برقم ٤٢٧٦



برنامج الوقاية خير من العلاج جمعية التنمية الأهلية يئبغ النخل

المقدمة

تعتبر ظاهرة التدخين وتعاطي المخدرات من أكبر الظواهر السلبية التي تعصف بمستقبل الشباب وأمن المجتمع والصحة العامة وكما انه وباء ضرب المجتمعات المعاصرة ولعل ما يثير القلق هو انتشارها السريع وبشكل مذهل في فترات قياسية. ولكن الخطر الفعلي يكمن في تقرير نشر واطهر معدلات مرتفعة في انتشار المخدرات بين طلاب المدارس والجامعات المنتشرة بالمملكة العربية السعودية التي دأبت سنوياً في تنفيذ برامج توعوية للطلاب والمنسوبين بأضرار التدخين والمخدرات والمشاركة بالبحوث العلمية واستضافة الجبهات المعنية بذلك. وانطلاقاً من حرص عمادة شؤون الطلاب ممثلة بوحدة مكافحة التدخين والوقاية من المخدرات على تحقيق التقدم والارتقاء بخدمات العمادة وتحقيق أهداف الوحدة المرجوة. فقد نفذت وحدة مكافحة التدخين والوقاية من المخدرات العديد من الأنشطة والفعاليات وأنجزت الكثير من الخدمات للطلاب بهدف الوقاية من التدخين والمخدرات. كما استثمرت هذه الجهود في المساهمة لتحقيق هدف لجعل المدارس والجامعات خالية من التدخين وتقليل نسبة المدخنين ببرامج مكافحة التدخين والمخدرات وتنفيذاً للأمر السامي:



رؤية المشروع:

المحافظة على الصحة ومكافحة التدخين والوقاية من المخدرات والمحافظة على المجتمع الأكاديمي من أخطار الإدمان.

رسالة المشروع:

(مجتمع أكاديمي بلا تدخين) وبيئة تعليمية واعية بأضرار التدخين والمخدرات

هدف المشروع:

برنامج الوقاية خير من العلاج الأهداف المحددة:

- نشر الوعي الصحي
- التحذير من الأمراض الخطيرة والحادثة
- التوعية بأضرار التدخين والمخدرات والأمراض الحادثة



أهم إنجازات المشروع:

- تطوير (وحدة مكافحة التدخين والوقاية من المخدرات)
- تجديد تشكيل اللجنة التنفيذية لمكافحة التدخين والوقاية من المخدرات.
- اعتماد وتطبيق لائحة مكافحة التدخين بالمهرجان.
- إنشاء نادي طلابي باسم "نادي مكافحة التدخين والوقاية من المخدرات"

أنواع التدخين

التدخين الإرادي

أي بشكل مقصود ومباشر من الشخص المدخن لإحدى أنواع الدخان. ا

لتدخين غير الإرادي أو اللاإرادي

وهو تعرض الشخص غير المدخن لأضرار التدخين ودخانه من خلال استنشاق الدخان الناتج والمنبعث نتيجة تدخين شخص آخر قريب منه، أو في محيط المكان الذي يعيش فيه.



رأي الدين في التدخين:

قال الله تعالى في كتابه الكريم: "... ولا تلقوا بأيديكم إلى التهلكة.."

وقال تعالى: "ولا تقتلوا أنفسكم إن الله كان بكم رحيماً"

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا ضرر ولا ضرار"

حديث أم سلمة رضي الله عنها قالت: (نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ كُلِّ مُسْكِرٍ وَمُفْتِرٍ). رواه الإمام أحمد وأبو داود، ولا أحد يجادل بأن الدخان مفتر للجسم.

حقائق عن التدخين:

- يحرّمك من عيش حياة صحية خالية من الأمراض.
- يسبب أغلب الوفيات الناجمة عن الانسداد الرئوي المزمن؛ حيث إنه لا يوجد حتى الآن علاج لانسداد الرئوي.
- يبطئ نمو الرئتين في مرحلة الطفولة وسن البلوغ.
- يزيد نسبة الإصابة بمرض السل والوفاة بسببه.
- يزيد العرصة الإصابة بداء السكري من النوع الثاني.
- يؤثر في فعالية أدوية ضغط الدم.
- يعجل ظهور التجاعيد وشيخوخة البشرة.
- يعتقد البعض أن التدخين يهدئ الأعصاب، بينما أظهرت الدراسات أنه يزيد التوتر والضغط النفسية.
- القطران الموجود في السجائر يسبب تصبغات بالأصابع والأسنان.
- النيكوتين الموجود في السجائر مادة تسبب الإدمان مثل الهيروين والكوكايين.



التدخين السلبي:

- تزداد احتمالية الإصابة بسرطان الرئة وأمراض القلب عند المعرضين لدخان السجائر وليس المدخنين فقط.
- زادت نسبة الوفيات بسبب أمراض القلب الناجمة عن التعرض لدخان السجائر (المدخنين السلبيين).
- تزداد احتمالية إصابة الرضع المعرضين لدخان السجائر ببعض الأمراض مثل: التهاب الشعب الهوائية والالتهاب الرئوي، والتهاب الأذن.

السجائر الإلكترونية:

- السجارة الإلكترونية ليست مجرد بخار ماء، بل يحتوي هذا البخار على مواد أخرى تسبب السرطان، فالمجال لمقارنتها بالهواء النقي.
- أغلب السجائر الإلكترونية تحتوي على النيكوتين الضار بالصحة ويؤدي إلى الإدمان.

الشيئة:

- يعتقد الأغلبية أن الشيئة أقل ضرراً من السجائر، وفي الواقع هي تحمل النيكوتين ولها نفس أضرار التدخين.

التدخين غير المباشر:

- يطلق هذا المصطلح على استنشاق بقايا الدخان العالق في الهواء بعد إطفاء السجائر حتى وإن لم تكن رائحته قوية. وقد أظهرت الدراسات أنه ملوث للهواء وضار بالصحة مثل التدخين السلبي، حتى فتح النوافذ سواء في المنزل أو السيارة (لا يكفي لطرده الدخان العالق بالمكان).

مقتطفات من البرنامج



تجهيزات لبرنامج الوقاية خير من العلاج

جمعية التنمية الأهلية بنبع النخل

بالتعاون مع متوسطة عقبة بن نافع



مقتطفات من البرنامج



مقتطفات من طاقم القائمين على العمل



مقتطفات من البرنامج



توزيع الجوائز على الطلاب وتسليم الدرع

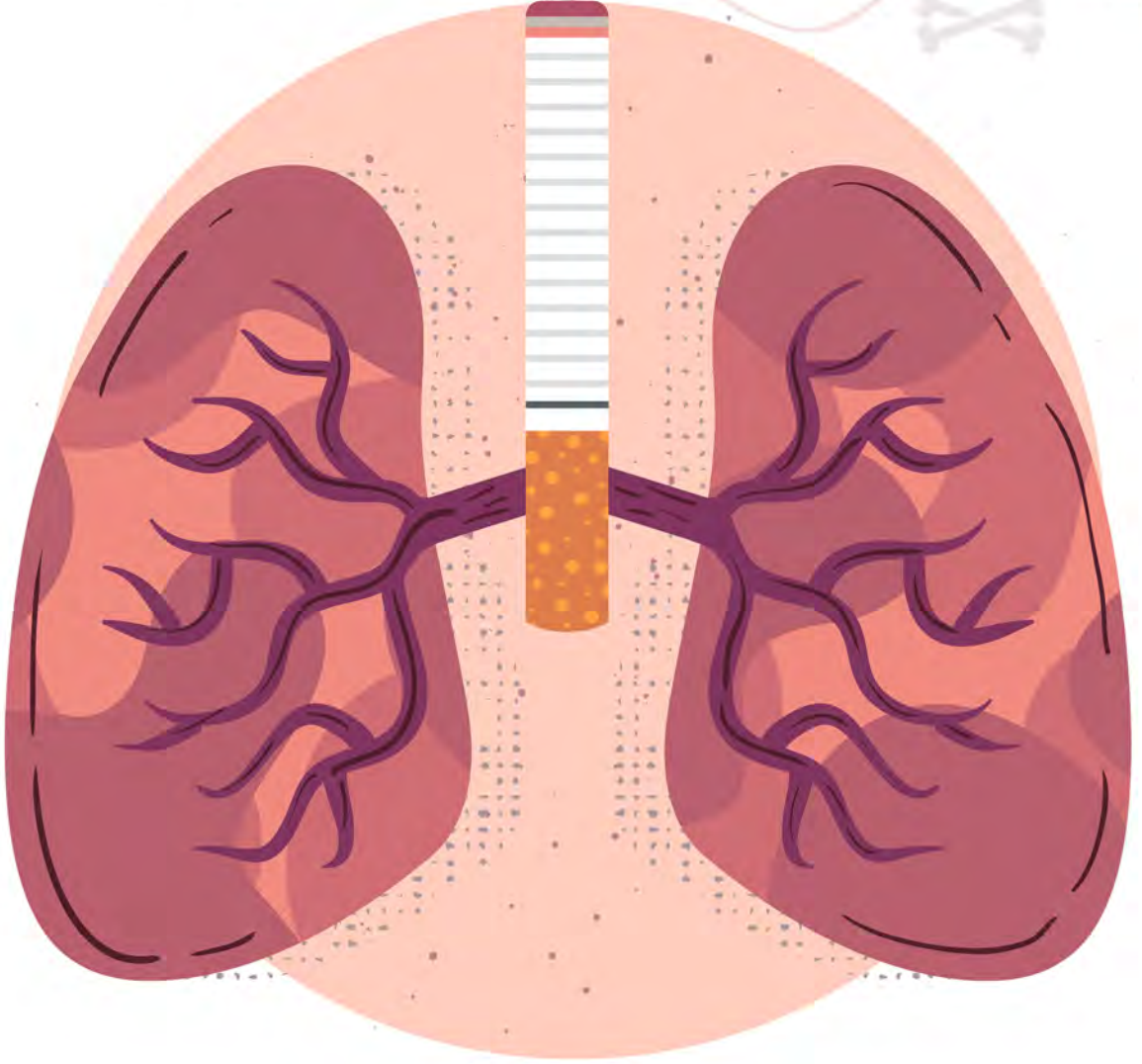


مقتطفات من البرنامج



درع الشكر والتقدير إلى إدارة مستشفى
نبع النخل العام





تم تنفيذ برنامج الوقاية خير من العلاج _ الخطه السنويه بالتعاون
مع مدرسة متوسطة عقيب بن نافع ومستشفى بنبع النخل العام
خلال الفترة من تاريخ ٢٠_٤_١٤٤٤ هـ إلى تاريخ ٢٣_٤_١٤٤٤ هـ
ويعتبر البرنامج من البرامج التوعوية الهامه والتي تنفذها جمعية التنمية الاهليه ببنبع النخل.