

Athari za Moshi wa sigara kwa mtoto

By SW - Melkisedeck Shine · April 15, 2022

Baini Siri za Kuwa na Afya Bora na Utimamu · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Utafiti uliofanyika nchini Marekani umebaini kwamba watu wazima wasiovuta sigara lakini walipokuwa watoto wazazi wao walivuta sigara mbele yao, wana hatari kubwa zaidi ya kufa kutokana na maradhi ya mapafu.

Watafiti wanasema kati ya watu laki moja, watu saba hufa kila mwaka kutokana na madhara ya sigara waliyoyapata wakiwa watoto.

Watalamu wanasema kinga bora zaidi ya kuzuia watoto kutoathirika na sigara ni wazazi kuacha kuvutaji sigara kabisa.

Aidha utafiti huo umebainisha kwamba sio watoto peke yake ndio wanaweza kuathiriwa na sigara bali hata mtu mzima ambaye havuti sigara lakini anaishi au anakuwa karibu na mtu anayevuta sigara.

Moshi wa sigara wa saa 10 au zaidi kwa kila wiki unaongeza hatari ya vifo vya ugonjwa wa moyo kwa asilimia 27, kupooza kwa asilimia 23 na madhara katika mapafu kwa asilimia 42 ukilinganisha na wale ambao wanaishi na watu wasiovuta sigara.

Utafiti huu ambao umechapishwa kwenye jarida la 'Preventive Medicine' uliwaauliza watu kuhusu uvutaji sigara katika maisha yao na wanayaangaliaje maisha yao baada ya miaka 22.

Kumekuwa na kampeni ya kuwazuia watu kuvuta sigara katika maeneo ya ndani ili watoto au watu wasiovuta wasiathirike lakini maeneo maalum ya kuvuta sigara yanaonekana kuwa ni machache bado na njia pekee inayoweza kusaidia madhara yasiwepo ni watu kuacha kabisa uvutwaji sigara.

Dr Nick Hopkinson ambaye ni mshauri wa masuala ya afya kutoka taasisi ya mapafu nchini Uingereza 'the British Lung Foundation, agreed, saying' anasema kuwa kuna madhara makubwa ambayo mtoto anaweza kuyapata anapovuta moshi wa sigara.

Ni vyema kwa wazazi ambao wana watoto wadogo au wanawake wajawazito kupata msaada wa kuacha kuvuta sigara.

Sigara ina madhara yanayohatarisha Maisha Watoto ambao wazazi wao wanavuta sigara wapo katika hatari kubwa zaidi ya kupata magonjwa kama ya pumu na athari katika mapafu. Utafiti unaonesha kuwa madhara ya uvutaji wa sigara kwa watoto uonekana pale anapokuwa mtu mzima.

Vilevile madhara ya sigara yanaweza kusababisha ongezeko la magonjwa sugu na maisha ya utegemezi hapo badae.