

## أضرار التدخين على الفم و الأسنان

أثبتت العديد من الدراسات الآثار الضارة للتدخين على الصحة العامة، منها زيادة الإصابة بالأزمة القلبية والسكتة الدماغية وأيضا سرطان الرئة والفم، وأثبتت أيضا أن التدخين له آثار سلبية على الأسنان والفم وأنسجة الفك



وقد تكون كافة أشكال التبغ على فمك بشكل سلبي، فالتبغ في السجائر والسيجار والغليون يحتوي على ما يزيد على ٤٠٠٠ مادة كيميائية وغازات ضارة، وأن ما يزيد على ٥٠ % من هذه المواد تؤدي إلى الإصابة بالسرطان، كذلك الأمر بالنسبة للتبغ الذي يمضغ فهو يحتوي على حوالي ٣٠٠٠ مادة كيميائية منها ٢٨ مادة قابلة للتسبب بالسرطان (يمكن أن تسبب السرطان

والكثير من هذه المركبات تعمل مباشرة على تهيج وتسميم (السموم) أنسجة الفم، إن التأثير السلبي الأكبر المباشر على الفم هو بطبيعة الحال ناتج عن المواد الكيميائية. ويمكن أن تؤدي ملامسة المواد الكيميائية المثيرة والخطرة الناتجة عن كافة أشكال التبغ إلى تلف شامل للفم خلال فترة قصيرة نسبيا. ومن ناحية أخرى يحدث تلوث أنسجة الفم عندما تسخن ويجف غشاء الفم خلال التدخين، وكذلك الأمر أثناء استنشاق أو مضغ التبغ حيث توضع كمية قليلة من التبغ مباشرة على أنسجة الفم اللينة مغطية كامل الفم بعصارة التبغ. وتحليل عينات من أوراق التبغ ثبت إحتوائها على حبيبات تسبب تآكل الأسنان عند مضغ التبغ أو مزجه باللعاب، وشبه العلماء ذلك باستخدام مبرد ليرد الأسنان. الفم الصحي الخالي من التبغ يكون بدون أي مؤشرات على أمراض الأسنان، فرائحة الفم غير مزعجة ولون اللسان وردي ونظيف ولا توجد عليه أي طبقة وكذلك لا توجد بقع تكلس على الأسنان وأنسجة اللثة المحيطة بالأسنان قوية وردية اللون ولا تنزف.



لقد لوحظ بعض التغيرات المرضية التي تميز فم وأسنان الأشخاص المدخنين أهمها:

- 1- رائحة كريهة بالفم، التهاب لثة، قرح وسرطان الفم.
- 2- يؤدي التدخين لانكماش وضيق الأوعية الدموية المغذية للثة مما يقلل من مقاومة لثة المدخن للالتهابات ومن بطء التئام الجروح.

- 3- يساعد التدخين على إيجاد وسط ملائم وبيئة مثالية لنمو وتكاثر البكتيريا المسببة لأمراض اللثة وتآكل عظم الفك مما يؤدي إلى تخلخل الأسنان ثم سقوطها.
- 4- التدخين يؤدي إلى نقص المناعة الطبيعية والأجسام المضادة في اللعاب.
- 5- التدخين يؤدي إلى جفاف الفم الذي يؤدي بدوره إلى العديد بدوره إلى العديد من المشاكل الفموية.

- 6- 75% من حالات السرطان في الفم في الولايات المتحدة الأميركية سببها التدخين، وتزداد الخطورة بزيادة عدد السجائر التي يدخنها الفرد بطول فترة التدخين، وكل أنواع التدخين تترافق مع سرطان الفم.

- 7- البقع الناتجة عن التبغ  
يتكون لدى المدخنين بقع بنية وسوداء على الأسنان وحشوات وأطقم الأسنان أكثر منهم من غير المدخنين، وقد يكون لدى أطباء الأسنان القدرة على إزالة هذه الألوان والبقع ولكن في بعض الأحيان تخترق البقع بناء السن ومواد الأسنان بعمق، وهذا يجعل عملية الإزالة مستحيلة وخاصة إذا كانت جذور الأسنان مكشوفة، وإذا كانت اللثة قد إنكشفت عن الأسنان أو تراجع.



- 8- رائحة الفم الكريهة و بقع التبغ والتكلس  
تسبب جميع أشكال التبغ البقع على الأسنان وأطقم الأسنان وحشوات الأسنان، والتي تؤدي بدورها إلى تكون كلس الأسنان الضار (الجير) كما ينتج عن التبغ أيضا رائحة فم كريهة .

## ٩- بقع التبغ البيضاء (Leuko plakia)

تظهر (Leuko plakia) البقعة البيضاء بشكل عام داخل الخدود عند الرجال في عمر ٥٠-٧٠ عاماً، ويعزى هذا في أغلب الأحيان إلى حالات أخرى في الفم مثل تركيب أطعم الأسنان بشكل سيئ أو الأسنان المكسورة أو بفعل التأثيرات الناتجة عن التبغ، وبالرغم من أنها ليست مقصورة على مدخني التبغ إلا أن ذلك مرتبط بشكل أكيد مع كل من يستخدم التبغ (تدخين أو مضغ). سرطان الفم

لا تترددوا.. إن الحياة أجمل وأنقى وأصفي بلا دخان، اتخذ القرار الآن، اخط الخطوة الأولى قبل فوات الأوان، إنها دعوة لترك التدخين وللتنعم بالحياة والصحة فلا ترفضها .

