

التدخين آفة العصر وسببٌ من أسباب هلاك الإنسان وتدمير صحته، وهو سببٌ رئيسي للإصابة بالكثير من الأمراض الخطيرة، ومن أبرزها وأكثرها خطورةً السرطانات بأنواعها، خاصةً سرطان الرئة الذي ينتشر بين المدخنين بنسبة كبيرة جداً، ولهذا فإنّ التدخين يُعدّ من مسببات الموت البطيء للإنسان. التدخين عدو الصحة التدخين عادة سيئة جداً يجب التخلص منها، وتكثيف الحديث عن مساوئها في وسائل الإعلام المقروءة والمسموعة والمرئية، وأن يتم التركيز على جميع مخاطر هذه العادة من جميع النواحي، وفرض الضرائب على الشركات المنتجة للتبغ كي تُخفف من إنتاجها، وعدم تناسي دور الإعلام الفاعل في تسليط الضوء على الكوارث التي يُسببها التدخين في تراجع اقتصاد العالم؛ بسبب الضغط على المرافق الصحية. كما يُصبح خطر التدخين أكثر إذا كان الشخص يُعاني من الأمراض المزمنة، حيث يزداد الأمر سوءاً، فالمرأة أيضاً يُؤثر عليها الدخان بدرجة كبيرة، خاصةً المرأة الحامل التي تُسبب الضرر لجنينها، وربما يؤدي إلى الإجهاض أو ولادة طفل غير مكتمل النمو، وأن يُحاول الشخص الابتعاد عنه وعدم تجربته ولا بأيّ شكل؛ بسبب آثاره السلبية على الفرد والمجتمع، أما الشخص الذي أصبح مدمناً، فيجب عليه أن يعقد العزم على تركه وعدم العودة له أبداً، وأن يتركه بدافع نيل رضا الله تعالى أولاً، قال تعالى: {وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ}. [١]

التدخين موت بطيء للتدخين أشكالٌ عدة لا تنحصر في السجائر فقط، فقد يُدخن الشخص الأرجيلة أو الشيشة التي تحمل خطراً مضاعفاً، ولهذا يُحذر الأطباء من التدخين لاحتوائه على الكثير من المواد السامة كالقطران والفحم الأسود وأول أكسيد الكربون وغيرها، ولا ينحصر خطر التدخين على المدخن فقط، بل يمتدّ إلى الأشخاص المجاورين له الذين يعدون مدخنين سلبيين؛ مما يُؤثر على صحتهم كثيراً. بغض النظر عن أضرار التدخين الصحية والنفسية، وكيف أنه يجعل الشخص أسيراً للسيجارة والنيكوتين، فهو يُشكل أيضاً عبئاً مادياً على الشخص المدخن الذي يجد نفسه مضطراً لشراء السجائر باستمرار، وهذا بدوره يجعله يصرف نقوده في شيءٍ لا فائدة منه، لأنّه يجري خلف متعته في ممارسة التدخين مقابل أن ينقص مصروف أبنائه وعائلته. لذلك يكون علاج هذه الآفة الخطيرة بالإرادة أولاً، وعلى المقربين دعم الشخص المدخن نفسياً للإقلاع عنه، وتشجيعه على إشغال نفسه بما هو مفيد،