



نیکوتین

نیکوتین الکلوییدی است که ماده اصلی روان گردان در تنباکو می باشد. نیکوتین ماده ای محرک است ولی از سوی دیگر، افراد مصرف کننده گزارش می کنند که این ماده اثرات آرام بخشی دارد. نیکوتین باعث افزایش هوشیاری در برخی افراد می شود و توانایی تمرکز و توجه را افزایش می دهد. این ماده اضطراب و تحریک پذیری را کاهش می دهد.

نیکوتین به این شیوه ها مصرف می شود: تنباکوی تدخینی، تنباکوی جویدنی، انفیه، آدامس نیکوتین یا به عنوان چسب پوستی.

فراورده های تنباکو علاوه بر نیکوتین شامل مواد دیگری نیز می باشد. استفاده مداوم از این فراورده ها می تواند به سرطان ریه، سرطان های سر و گردن، بیماری های قلبی، برونشیت مزمن، آمفیزم و دیگر اختلالات جسمی

اثرات کوتاه مدت

- افزایش ضربان قلب و فشار خون
- افزایش اسید معده و کاهش تولید ادرار
- تحریک اولیه مغز و سیستم عصبی ممکن است بصورت آرامش، تجربه شود.
- کاهش اشتها و تحمل جسمی

اثرات دراز مدت

- افزایش خطر بیماری قلبی، سکته مغزی و سرطان ریه
- آمفیزم (آسیب به بافت ریه)
- برونشیت
- سرطان حنجره، دهان، مثانه، کلیه و پانکراس
- تنگی نفس مزمن

اثرات محرومیت

- تحریک پذیری
- اضطراب
- اختلال خواب و اشتها
- وسوسه شدید

تهیه و تنظیم: محبوبه مظفری
کارشناس ارشد مشاوره

فهرست منابع:

- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد (۱۳۹۰) مشکلات مصرف مواد: کتاب تمرین. ترجمه هدیه سلطانی و ناصر خسروی
- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد (۱۳۹۱) واژه نامه کاهش تقاضا، ترجمه سید علی شفیعی و همکاران، تهران: سپید برگ