Çilim tüssesiniñ çaga zyýany

Category: Kitapcy,Medisina
написано kitapcy | 26 января, 2025
Çilim tüssesiniñ çaga zyýany ÇILIM TÜSSESINIÑ ÇAGA ZYÝANY

Ýanyp tüssesinden çilimiñ we çilim çekýän adamyn demi arkaly ýayradýan tüssesinden dem almaga mejbur bolmaklyga «gowşak çilim çekmek» diýilýär. Ýaramaz ysy bilen derrew belli bolýan çilim tüssesi adamyñ saglygyna uly howp salýar. Töwerege ýaýran çilim tüssesiniñ düzüminde 4 müñden gowrak (azyndan 43 sanysy düwnük keseliniñ döremegine sebäp bolýan) himiki maddanyň bardygy anyklandy. ABŞ-da uly adamlaryň 26 prosentiniñ çilim çekýändigi, bäş ýaşdan kiçi çagalaryň 50-67 prosentiniñ hem çilim çekilýän öýlerde ýaşaýandygy göz öñünde tutulanda çagalaryň nähili uly howpuñ astyndadygy has aýdyñ bolýar.

- **Iñ uly zyýan çagalara ýetýär**

Töwerege ýaýraýan çilim tüssesi hemmelere zyýanly, ýöne enäniñ göwresindäki bäbeklere we ýaňy bolan bäbeklere has zyýanly. Çünki ýaňy ösüp gelýän öýken we beýni ýaly organlara zeper

ýetýär. Ene bilen göwredäki çaganyň arasyndaky gan aýlanyşygy çilim çekýän aýallarda üýtgeýär. Munuň nähili keselleriň döremegine sebäp bolýandygyny doly kesgitlemek heniz başardanok. Ýöne geçirilen käbir işler göwreli wagty çilim çeken eneleriň köplenç kemis çaga doguryandygyny, göwresindäki çaganyň aýrylýandygyny görkezdi. Mundan başga-da çilim çekýän aýallaryň 1-12 aylyk çagalarynyň birden aradan çykmak ähtimallygy hem bar.

- **Çaganyň öýkeni we dem alyş sistemasy**

Töwerege ýaýran çilim tüssesi çaganyň öýkeniniň işleýişini bozýar we çagada demgysma ýüze çykýar. Çilim tüssesi çagalaryň dem alyş ýollarynda dürli keselleriň döremegine, esasan-da iki ýaşdan kiçi çagalarda bronhit we öýken çişme keselleriniň döremegine ýol açýar. 1992-nji ýylda geçirilen bir işiň netijesinde töwerege ýaýran çilim tüssesiniň 18 aýdan kiçi çagalaryň her ýylda 150-300 müňüsiniň dem alyş ýollarynda ýokanç keselleriň döremegine sebäp bolýandygy belli boldy. Şol hassalaryň 15 müňüsi hassahanalar-da ýatmaly bolupdyr. Günde ýarym guty ýa-da ondan-da köp çilim çekýän ene-atalaryň çagalarynyň dem alyş ýollarynda kesel döremek ähtimallygy iki esse ýokarydyr.

- **Çilim tüssesi düwnüge-de sebäp bolýar**

Töwerege ýaýran çilim tüssesi düwnük keseliniň döremegine-de sebäp bolýar. Çilim tüssesi her ýyl çilim çekmeýän adamlaryň üç müňden gowragynyň öýken düwnük keseli zerarly aradan çykmagyna getirýär. Çilimin töwerege ýaýraýan tüssesi gulakda dürli ýokanç keselleri hem döredip bilýär. Çagalarda kerlige sebäp bolýan esasy zadyň biriniň gulak ýokanç keselidigini ýatdan çykarmalyň.

- **Näme etmeli?**

Eger çilim çekýän bolsanyz, çilimi taşlaň. Çilimi taşlamak üçin kömek gerek bolsa, lukmana ýüz tutuň. Sebäbi çilimi taşlamagynyza kömek etjek birnäçe serişde bar. Öýüňizde çilim

çekýänler bar bolsa, olaryň çilimi taşlamagyna kömek ediň. Hiç bolmanda, olardan we öýe gelen myhmanlardan çilimi daşarda çekmegi haýyş ediñ. Maşynyňyzyñ içinde çilim çekilmegine ýol bermäñ. Çaganyzyň ýanynda çilim çekilip-çekilmeýändigine gözegçilik ediñ.

Bahar BERKMAN. Medisina