

النمر يحذر من «السويكة» : خطرها يفوق السجائر وترفع احتمالات الجلطات

10 فبراير، 2026



كشف الدكتور خالد النمر، استشاري أمراض القلب والشرابين، عن خطورة ما يُعرف بـ«السويكة»، مؤكداً أنها من الأسباب المثبتة علمياً للإصابة بجلطات القلب.

وأوضح النمر، عبر حسابه على منصة «إكس»، أن السويكة هي تبغ مطحون يُوضع في الفم مع بيكربونات الصوديوم والرماد، مشيراً إلى أن تأثيرها أخطر من السجائر بمراحل، نظراً لأن امتصاص النيكوتين منها يكون أعلى ويستمر لفترة أطول.

وبيّن أن علبة واحدة من تبغ الفم قد تحتوي على كمية من النيكوتين تعادل ما يوجد في نحو 60 سيجارة، بما يقارب 140 إلى 150 ملجم من النيكوتين.

مخاطرها على القلب

وأشار إلى أن من أخطر تأثيراتها على القلب:

- ارتفاع ضغط الدم.
- تسارع نبض القلب.
- زيادة لزوجة الدم والتخثر.
- تضيق الشرايين.
- رفع احتمال الإصابة بالذبحه الصدرية والجلطة القلبية.

وشدد على أهمية التوعية بمخاطر هذا النوع من التبغ، داعيًا إلى تجنبه حفاظًا على صحة القلب والشرايين.