

منها إجهاد القلب والأوعية.. "النمر" يكشف مخاطر دخان العود والبخور

26 سبتمبر، 2026



حذر أستاذ واستشاري أمراض القلب أ.د. خالد النمر من مخاطر دخان العود، مؤكداً أن احتراق العود، سواء كان طبيعياً أو مُحسّناً، يطلق عدداً من الملوثات.

وأوضح النمر أن دخان العود ينتج جسيمات دقيقة PM2.5 وأول أكسيد الكربون ومركبات عضوية متطايرة، إضافة إلى الفورمالدهيد ومركبات أخرى.

وأشار إلى أن التعرض لهذا الدخان قد يسبب تهيج العين والأنف والجيوب والحنجرة، كما قد يؤدي إلى تفاقم نوبات الربو، بينما يمكن للتعرض المتكرر للجسيمات الدقيقة أن يؤثر في الجهازين

التنفسي والقلب والأوعية.

وتشير مراجعات علمية إلى أن احتراق البخور ينتج بالفعل جسيمات دقيقة وغازات ومركبات عضوية متطايرة، بينها أول أكسيد الكربون والفورمالدهيد، وأن التأثير يختلف بحسب نوع البخور وكمية الدخان ومدة التعرض ودرجة التهوية.

كما أظهرت دراسة تناولت البخور العربي تحديدًا وجود عدد كبير من المركبات المنبعثة أثناء الاحتراق، بينها مركبات مهيجة ومواد مرتبطة بمخاطر صحية، مع زيادة أهمية تقليل التعرض خصوصًا في الأماكن سيئة التهوية.

وأكد النمر أن كمية الدخان ومدة التعرض وجودة التهوية عوامل أساسية في تحديد مستوى الخطر.

وختم رسالته بالتنبيه إلى ضرورة مراعاة ظروف الضيوف الصحية، مؤكدًا أن الكرم لا يكون بكثرة التبخير فقط، بل أيضًا بتجنب ما قد يسبب لهم الأذى.