

دخان حرائق الغابات: تأثير سلبي على جودة الحياة الصحية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 3, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). دخان حرائق الغابات: تأثير سلبي على جودة الحياة الصحية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119488>

تخيل أنك تستمتع بنزهة في الهواء الطلق، أو تمارس الرياضة في حديقة قريبة، وفجأة تشعر بتهييج في عينيك وصعوبة في التنفس. قد يكون هذا بسبب دخان حرائق الغابات، وهو أمر أصبح أكثر شيوعاً في السنوات الأخيرة مع تزايد حدة وتكرار هذه الحرائق حول العالم. لكن هل تعلم أن تأثير دخان حرائق الغابات لا يقتصر على الأعراض الجسدية المباشرة، بل يمتد ليشمل الصحة النفسية ونوعية الحياة بشكل عام؟

منهجية البحث

قام باحثون بدراسة معمقة لتأثير التعرض لدخان حرائق الغابات على نوعية الحياة المرتبطة بالصحة. اعتمدت الدراسة على بيانات من "مجموعة لوفليس للمدخنين" (Lovelace Smokers Cohort)، وهي مجموعة من الأفراد الذين يخضعون لمتابعة صحية طويلة الأمد. ركز الباحثون، بقيادة وو تشيو (Wu Q)، على تقييم التغيرات في نوعية الحياة لدى المشاركين خلال فترات التعرض لدخان حرائق الغابات. استخدم الباحثون استبيانات موحدة لتقييم نوعية الحياة، بما في ذلك استبيان (St George's Respiratory Questionnaire) (SGRQ) الذي يقيس نوعية الحياة لدى مرضى الجهاز التنفسي، واستبيان (Short Form-36) (SF-36) الذي يقيس جوانب مختلفة من الصحة البدنية والعقلية.

تم ربط بيانات التعرض لدخان حرائق الغابات بمعلومات حول مواقع الحرائق وكميات الدخان في الهواء، باستخدام نماذج إحصائية متطورة. أخذت الدراسة في الاعتبار عوامل أخرى قد تؤثر على نوعية الحياة، مثل العمر والجنس والحالة الاجتماعية والاقتصادية، بالإضافة إلى العوامل الصحية الأخرى للمشاركين. بهذه الطريقة، تمكن الباحثون من عزل تأثير التعرض لدخان حرائق الغابات بشكل أكثر دقة.

نتائج البحث

أظهرت النتائج أن التعرض لدخان حرائق الغابات مرتبط بتدهور نوعية الحياة المرتبطة بالصحة، وفقاً لما تم قياسه بواسطة استبياني SGRQ و SF-36. ولكن اللافت للنظر هو أن التأثير على الصحة البدنية والصحة العقلية لم يكن متماثلاً. لاحظ الباحثون أن التأثير على الصحة العقلية كان أكثر وضوحاً وأسرع ظهوراً بعد التعرض للدخان، بينما استغرق التأثير على الصحة البدنية وقتاً أطول ليظهر.

على سبيل المثال، أظهرت الدراسة أن المشاركين الذين تعرضوا لمستويات عالية من دخان حرائق الغابات أبلغوا عن زيادة في مشاعر القلق والاكتئاب والتوتر، بالإضافة إلى صعوبة في النوم والتركيز. أما بالنسبة للصحة البدنية، فقد أبلغ المشاركون عن زيادة في أعراض مثل السعال وضيق التنفس والتعب، بالإضافة إلى تفاقم الحالات الصحية الموجودة مسبقاً مثل الربو وأمراض القلب.

أكدت الدراسة أيضاً على أهمية تحديد مصدر الدخان. فقد وجد الباحثون أن التأثير على الصحة يختلف باختلاف نوع الغطاء النباتي المحترق. على سبيل المثال، الدخان الناتج عن حرائق الغابات التي تحرق أشجار الصنوبر يحتوي على مواد كيميائية مختلفة عن الدخان الناتج عن حرائق الغابات التي تحرق الأعشاب والشجيرات، وهذا يؤثر على نوعية وشدة التأثيرات الصحية.

دلالات البحث

تحمل هذه الدراسة دلالات مهمة على الصحة العامة والسياسات البيئية. تؤكد النتائج على أن دخان حرائق الغابات ليس مجرد مشكلة صحية جسدية، بل هو أيضاً تهديد للصحة العقلية ونوعية الحياة بشكل عام. وهذا يعني أن جهود الوقاية

والاستجابة لحرائق الغابات يجب أن تأخذ في الاعتبار هذه الجوانب المتعددة.

بالإضافة إلى ذلك، تسلط الدراسة الضوء على أهمية إجراء تقييمات للمخاطر خاصة بالمصادر المختلفة لتلوث الهواء. فهم نوع المواد الكيميائية الموجودة في الدخان الناتج عن أنواع مختلفة من الحرائق يمكن أن يساعد في تطوير استراتيجيات أكثر فعالية لحماية الصحة العامة. على سبيل المثال، قد يكون من الضروري توفير أقنعة واقية خاصة أو إصدار تحذيرات صحية محددة بناءً على نوع الدخان السائد.

في ظل التغيرات المناخية المتسارعة وزيادة خطر حرائق الغابات، يصبح من الضروري إجراء المزيد من البحوث لفهم تأثيرات دخان حرائق الغابات على الصحة بشكل كامل. هذا الفهم ضروري لتطوير سياسات واستراتيجيات فعالة لحماية المجتمعات المعرضة للخطر وضمان صحة ورفاهية الجميع.

Reference

Wu Q. (2026). *Associations between wildfire smoke exposure and health-related quality of life: findings from the Lovelace Smokers Cohort*. Respiratory Research, 27(1), 52-52

DOI: [10.1186/s12931-026-03505-9](https://doi.org/10.1186/s12931-026-03505-9)