



ما العلاقة بين الإقلاع عن التدخين و فترة الطمث لدى النساء ؟

أثبتت دراسة علمية جديدة، قام بها باحثون في كلية الطب بجامعة بنسلفانيا، عن قابلية الإقلاع عن التدخين بالنسبة للنساء إن وافقنه والتوقيت الجيد من الدورة الشهرية. هذه القابلية راجعة بالأساس إلى الدوائر العصبية المشاركة في اتخاذ القرارات التي تكون منظمة خلال الدورة الشهرية. وقد نشرت نتائج هذه الدراسة في [دورية بيولوجيا اختلافات الجنس](#) كما قُدمت ضمن فعاليات الاجتماع السنوي لمنظمة الدراسات حول الاختلافات الجنسية.



يبقى التدخين السبب الرئيس للوفاة في الولايات المتحدة الأمريكية، وتعاني النساء من تبعاته أكثر من الرجال. وتتجلى هذه الخطورة عند النساء في زيادة نسبة خطر الإصابة بأمراض القلب التاجية بنسبة 25 في المئة و بمرض الانسداد الرئوي المزمن. كما بينت البحوث التي أجريت عن مدى صعوبة الإقلاع عن التدخين بالنسبة لهؤلاء النساء أكثر مما هو عليه الحال بالنسبة للرجال.

تؤكد الباحثة في علم النفس والمسؤولة عن هذه الدراسة [ريغان ويذريل](#) أن “فهم مدى تأثير مرحلة الطمث على العمليات العصبية وأيضاً على الإدراك والسلوك يعد خطوة حاسمة في تطوير علاجات أكثر نجاعة واختيار أفضل للعلاجات الفردية قصد مساعدة كل مدخن سجائر على الإقلاع عن التدخين.”

في مركز دراسة الإدمان التابع لجامعة بنسلفانيا، قامت الباحثة ريغان بمعية [تيريزا فرانكلين](#)، أستاذة باحثة في علم الأعصاب في الطب النفسي، بدراسة أدمغة النساء (اللائي كن يدخن لسنوات عدة) قبل انقطاع الطمث. وبينت التجربة التي أجريت على الحيوانات أن الهرمونات الجنسية الطبيعية – الاستروجين والجسفرون (البروجستيرون) – التي تعرف مستويات تآرجح متباينة خلال فترة الطمث، تعدل السلوك الإدماني.

تشير البيانات المستخلصة من هذه التجربة إلى أن النساء، خلال المرحلة ما قبل الإباضة، عندما تكون نسبة هرمون الجسفرون إلى هرمون الأستروجين منخفضة، يكن أكثر عرضة للإدمان. وعلى العكس من

ذلك، خلال المرحلة السابقة للطمث أو المرحلة الجسفرونية، حيث تكون نسبة هرمون الجسفرون إلى هرمون الاستروجين عالية، تكون النساء أكثر مقاومة للإدمان. مما يشير إلى أن هرمون الجسفرون قد يحمي النساء من انتكاسة جديدة.

ويعتقد الباحثون أن التقلبات الطبيعية في هرمونات المبيض التي تحدث على مدار الدورة الشهرية تؤثر على كيفية اتخاذ القرارات لدى النساء.

سنة 2015، أجرى الباحثون مقارنة بين النساء في مرحلتي بعد الإباضة إلى الطمث، و من الطمث إلى الإباضة. بينت النتائج مدى التأثير على تحفيز الدماغ على الاستجابة لمنبهات التدخين. على العموم، تشير نتائج الدراسة الحالية، معززة بما ذكر من تجارب، إلى أن هرمون الجسفرون له آثار وقائية إيجابية على السلوك الإدماني لدى النساء، كما تبرز الفروق الواضحة بين الجنسين – النساء و الرجال – في سلوكيات التدخين واحتمالية الانتكاسة بعد الإقلاع.

المصدر: [جامعة بنسلفانيا](#)