



التغييرات على منتجات التبغ

في عام 2025

معلومات للمدخنين

لقد تغيرت قوانين التبغ في أستراليا لحماية الناس من الأضرار الصحية الناجمة عن التدخين.

النقاط الرئيسية

- ستختلف منتجات التبغ المباعة في أستراليا في عام ٢٠٢٥ من حيث الشكل والطعم والملصق، وستُسمى بأسماء مختلفة، وستكون متوفرة فقط بأحجام وأغلفة محددة.
- ستُقلل هذه التغييرات من جاذبية السجائر ومنتجات التبغ الأخرى وتضمن وضوح أضرار التدخين وتُسهل عليك الإقلاع عنه.
- قد تعني هذه التغييرات أن بعض منتجات التبغ لن تكون متوفرة.
- لا تُقلل هذه التغييرات من المخاطر الصحية للتدخين. لا يوجد منتج تبغ أو مستوى تدخين آمن، وجميع أنواع التبغ تُسبب الإدمان.

تغييرات على منتجات التبغ

في عام 2025، سيكون لمنتجات التبغ ما يلي:

اختلاف في الطعم والملصق

سيتم حظر بعض المكونات والنكهات (بما في ذلك المنثول والروم والقرنفل) والملحقات (بما في ذلك كرات السحق). هذه المكونات تُخفي قسوة التبغ وتجعله أكثر إدمانًا وأسهل تدخينًا وأصعب في الإقلاع عنه.



أسماء مختلفة

سيتم إزالة الكلمات مثل "سلس" والأسماء مثل "الذهبي" - والتي يمكن أن توحي بشكل خاطئ بأن بعض المنتجات أقل ضررًا.



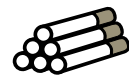
اتساق في الحجم

ستحتوي كل علبة سجائر على ٢٠ سيجارة وستحتوي علبة السجائر المقلّنة أو الصغيرة على ٢٠ سيجارة وستحتوي أكياس تبغ اللف اليدوي على ٣٠ غرامًا من التبغ. يجب أن تحتوي كل رزمة سجائر على ١٠ علبة.



اتساق في الشكل والفلتر

يجب أن يكون طول وعرض كل سيجارة متماثلين، ويُمنع استخدام فلاتر مميزة.



معلومات صحية جديدة ودعم للإقلاع عن التدخين

سيتم تحديث التحذيرات والرسائل الصحية على العبوات والمنتجات. كما ستساعد بطاقات المعلومات الجديدة داخل العبوات على تشجيع الناس على الإقلاع عن التدخين.



تدخل التغييرات حيز التنفيذ الكامل في ١ تموز / يوليو ٢٠٢٥، ولكن قد تبدأ بملاحظة هذه التغييرات قبل هذا التاريخ. لا تُقلل هذه التغييرات من المخاطر الصحية للتدخين. لا يوجد أي منتج تبغ أو مستوى تدخين آمن، وجميع أنواع التبغ تُسبب الإدمان.

لما إجراء هذه التغييرات؟

سُئِلَ هذه التغييرات من جاذبية السجائر ومنتجات التبغ الأخرى، وتضمن وضوح أضرار التدخين. وسيُسهّل هذا على الناس الإقلاع عن التدخين والبقاء على قيد الحياة وعدم البدء بالتدخين من الأساس. يُعد تدخين التبغ السبب الرئيسي للوفاة التي يُمكن الوقاية منها في أستراليا. وتشير التقديرات إلى أنه يُودي بحياة أكثر من 24 ألف أسترالي سنويًا. هذا يعني أن شخصًا واحدًا يموت بسبب التدخين كل 22 دقيقة. يُقلل التدخين من متوسط العمر المتوقع ونوعية الحياة ويزيد من خطر الإصابة بالأمراض، بما في ذلك السرطان وأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري. الطريقة الوحيدة للحد من الضرر هي الامتناع عن التدخين.

المساعدة على الإقلاع

لم يكن هناك وقت أفضل للإقلاع عن التدخين.

مهما طالبت مدة التدخين، لم يفت الأوان للإقلاع، وهناك العديد من الأدوات والدعم للمساعدة.

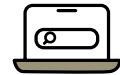
تحدث إلى الطبيب أو الصيدلي أو أي متخصص آخر في مجال الرعاية الصحية للحصول على الدعم والمشورة بشأن الخيارات المتاحة للمساعدة على الإقلاع عن التدخين، بما في ذلك الأدوية التي قد تساعد في تقليل أعراض الانسحاب.



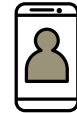
اتصل بخط المساعدة على الإقلاع عن التدخين Quitline على الرقم 13 QUIT (13 7848) للحصول على نصائح مجانية سرية من مستشارين محترفين حول كيفية الإقلاع عن التدخين أو التدخين الإلكتروني.



تفضل بزيارة quit.org.au للحصول على المعلومات والأدوات ومجموعة من خيارات الدعم.



قم بتنزيل تطبيق [My QuitBuddy](http://MyQuitBuddy) المجاني من متجر تطبيقات Apple أو Google Play. يقدم My QuitBuddy دعمًا للإقلاع عن التدخين، سواء كان التدخين أو التدخين الإلكتروني وبصرف الانتباه عن الرغبة الشديدة في التدخين ويتيح لك التواصل مع آخرين يحاولون الإقلاع عن التدخين.



للمزيد من المعلومات

اكتشف المزيد حول هذه التغييرات على الموقع الإلكتروني health.gov.au/tobacco-control