**נרגילה: העשן התמים שמזיק יותר מסיגריות**

(מעובד על פי מאמר מאת א' אילון "נרגילה: העשן התמים שמזיק יותר מסגריות " מתוך YNET 1/7/2003,

ועל פי "שאיפות מסוכנות:רבע מבני הנוער מעשנים נרגילה", מתוך "בריאות "YNET 21/9/05)

עישון נרגילה הוא תופעה מוכרת בישראל, אולם ממדיה לא היו ידועים עד כה. מחקרים שנערכו בשנים האחרונות הצביעו על התפשטות התופעה ועל סכנות שבעישון הנרגילה.

מסקר שנערך בשנת 2002 ע"י משרד הבריאות עולה כי 37.7% מתלמידי כיתות ו עד ח, יהודים וערבים, עישנו לפחות פעם בחייהם נרגילה. 3% מהתלמידים מעשנים נרגילה לפחות

פעם ביום ול-14.5% מהם יש נרגילה בבית. עוד עולה מן הסקר ש-20% מהבנים ו-9% מהבנות בכיתות י מעשנים נרגילה לפחות פעם בשבוע . ממחקר אחר הסתבר כי גם ילדים מכיתה ה מעשנים נרגילה, ולעיתים אף באישור הוריהם.

עישון נרגילה נעשה בדרך כלל בחברותא, כשפיית הנרגילה מועברת מפה לפה. "מי שנוהג לעשן נרגילה" אומר אחד המומחים "נמצא בסיכון לחלות במחלות מידבקות כמו הרפס השפתיים, שחפת ומחלת הנשיקה. הוא נמצא גם בסיכון לחלות באקזמה ובמחלות עור באצבעות היד האוחזת בפייה. תיתכן גם פגיעה בכושר הגופני והמיני, והזדקנות מוקדמת של העור."

עישון נרגילה מעלה גם את הסיכון להתנהגות אלימה ולהידרדרות בלימודים. על פי מחקר משנת 2005, אווירת ההשתטות וחציית הגבולות בעת עישון משותף של נרגילה מעודדת שימוש בסמים, מעורבות באלימות, שתייה מוגברת של אלכוהול, מעשי הרס, היתקלות עם המשטרה, היעדרות משיעורים ומריבות רבות עם ההורים. הזמינות של הטבק וקלות הראש של ההורים, שחושבים שמדובר בשעשוע תמים, הופכים את עישון הנרגילה לתופעה רחבת ממדים ומסוכנת שאת נזקיה, לדברי מומחים, נשלם כבר בעתיד הקרוב.

מדו"ח של משרד הבריאות עולה שהמשרד מודע לכך שהתופעה של עישון הנרגילות בקרב בני הנוער מתרחבת, והוא מנסה להתמודד איתה בדרכים שונות: הוא מציע לחייב את מפיצי הטבק לנרגילה להדפיס על אריזות המוצר אזהרה בולטת התופסת כ- 50% משטח האריזה, והוא בודק גם אפשרויות חקיקה כדי להגביל את המכירה של מוצרי טבק לבני 17 ומעלה. כמו כן המשרד מתכוון לתגבר את המערך ההסברה במוסדות החינוך ומתכנן מסע הסברה חינוכי לצעירים ולבני משפחותיהם.

**שאלות**

1. א. מהי **הטענה המרכזית** במאמרו של ד"ר איתי גל?

|  |
| --- |
|  |
|  |

ב. על מה **מבסס** הכותב את טענתו? פרטו.

|  |
| --- |
|  |
|  |

1. בשורה 5 במאמר הכותב מכנה את תערובת הפרות המצוירת על אריזת הטבק "תמימה לכאורה" . מדוע הוא מכנה אותה כך?

|  |
| --- |
|  |
|  |

1. בשורה 8 במאמר כתוב: "מחקר שנערך לפני מספר שנים באוניברסיטת בר אילן העלה כי

%37.7 מכלל התלמידים בבתי הספר התנסו לפחות פעם אחת בעישון נרגילה **בעוד ש** %27 מהתלמידים התנסו בעישון סיגריות".

* 1. באיזו מילת קישור מבין המילים שלפניכם ניתן להמיר את המילה "בעוד ש"? נמקו את בחירתכם.

**מפני ש לעומת לכן למשל**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* 1. בשורה 13 כתוב: "חוקרים בבריטניה מצאו **כי** עישון חד פעמי של נרגילה מעלה את רמת חד-תחמוצת הפחמן בדם פי 5 לפחות בהשוואה לעישון של כמה סיגריות".

באיזה משני המשפטים שלהלן מתקיים אותו יחס לוגי כמו במשפט שלעיל? נמקו.

* + 1. עישון נרגילה אסור **כי** הוא מסוכן.
    2. מהמחקר עולה **כי** תלמידים רבים מעשנים נרגילה.

נימוק \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. במאמר כתוב: "כל עוד אין **אכיפה** מספקת..." )שורה 20.)

מהי המשמעות של המילה "אכיפה"?

* 1. למצוא דרך לעקוף את החוק.
  2. להכריח מישהו להישמע לחוק.
  3. לגרום למישהו להפר את החוק.
  4. להימנע במידת האפשר מביצוע החוק.

1. אחד השירים המפורסמים בעברית נקרא "הבה נגילה".

למאמר נלווה קטע בשם "**הבה נרגילה"**.

שערו, מדוע בחר הכותב בכותרת זו?

|  |
| --- |
|  |
|  |

1. בטקסט **א** ובשלטי האזהרה מופיעים פעלים רבים בצורת בינוני / הווה.

מדוע מופיעים הפעלים בצורה זו דווקא?

|  |
| --- |
|  |
|  |

טקסט **ב**

## הקשר בין עישון נרגילה לתאונות דרכים

מעובד על- פי שחר הזלקורן , **ynet**, 24.10.2011

חוקרים מהטכניון, מאוניברסיטת חיפה ומהמרכז הרפואי בצפת ערכו מחקר מקיף, וממנו

עולה כי עישון נרגילה גורם לעלייה משמעותית בכמות תאונות הדרכים ועברות התנועה

שביצעו נהגים אשר השתמשו בכלי העישון הפופולרי. "נהגים שעישנו נרגילה הסתכנו

יותר בזמן הנהיגה", מסבירים החוקרים. "עישון הנרגילה גרם לירידה ברמת הזהירות

ויציבות הנהיגה. מיד לאחר עישון נרגילה הייתה עלייה של %33 במספר תאונות הדרכים

ובמספר עברות אי-ציות לרמזור אדום בהשוואה לקבוצת הביקורת שהחברים בה לא

עישנו נרגילה".

על-פי המחקר, מיד לאחר עישון נרגילה נרשמו בקרב המשתתפים עלייה משמעותית בדופק וירידה בריכוז החמצן בדם. במקביל לשינויים אלה נצפו שינויים בהתנהגות המשתתפים, למשל מיד לאחר עישון נרגילה נצפתה עלייה משמעותית בשיעור הנהגים שלא צייתו לרמזור אדום.

תופעות לוואי נוספות, כמו עייפות וחוסר ריכוז, עשויות להסביר ביצוע ע ב רות תנועה נוספות, כמו חציית קו הפרדה וסטייה מנתיב הנסיעה.

לאחרונה הצהיר בכיר ברשות הלאומית לבטיחות בדרכים: "גילינו שהנרגילה הנפוצה אצל החבר'ה הצעירים, גורמת לעייפות. אמנם עישון נרגילה אינו אסור על-פי חוק, אולם הוא עלול לגרום לתאונות דרכים".

**שאלות**

1. לפי שלט האזהרה הנלווה לטקסט **א**, הסיגריות פוגעות ב**כושר הגופני**.

הביאו הוכחות לכך מן המחקר המובא בטקסט **ב**.

|  |
| --- |
|  |
|  |

1. א. בכתבתו של שחר הזלקורן מדווח על מחקר שנערך על ידי חוקרים מהטכניון, מאוניברסיטת חיפה ומהמרכז הרפואי בצפת.

השלימו על-פי הטקסט:

|  |  |
| --- | --- |
| שאלת המחקר |  |
| תוצאות המחקר |  |
| מסקנת המחקר |  |

ב. בשורה 6 בטקסט כתוב: "...בהשוואה ל**קבוצת הביקורת**" .

היגד זה נפוץ בתיאור מחקרים. לשם מה חשוב לציין זאת בתיאור מחקר? הקיפו את התשובה המתאימה:

* 1. כדי לתאר את אוכלוסיית המחקר.
  2. כדי להוכיח שהמחקר אמין.
  3. כדי להציג את מסקנות החוקרים.
  4. כדי להמליץ על דרכים ליישום.

1. בשורה 9 בטקסט כתוב: "... נצפתה עלייה משמעותית בשיעור הנהגים שלא **צייתו** לרמזור אדום".

מבין זוגות המילים שלפניך סמן את הזוג שבו מתקיים יחס זהה )מבחינת חלקי הדיבור( כמו בזוג **לציית – צייתן**.

* 1. לחקור מחקר
  2. לאכוף אכיפה
  3. להזהיר זהיר
  4. לנהוג נהג

1. עיינו בערך המילוני **חקיקה**".

**ח**

**ק**

**ָקָ**

**י**

**ה**

נ

שם

'

1

.

בחומר

או

באבן

חריתה

אחר

קשה

;

מסוים

עצם

פני

על

תבנית

של

חיתוך

השטח

של

.

הפועלים

גבי

על

הנפטר

של

שמו

בחקיקת

עסקו

המצבה

.

2

.

חוקים

או

חוקה

קביעת

;

חוקים

של

להתקבלותם

המביאות

הפעולות

מערך

;

עצמם

החוקים

.

חוקים

חקיקת

על

ממונה

הכנסת

בישראל

[

ֲחֲקיקות

;

ח

-

ק

-

ק

]

.

* 1. מבין שתי המשמעויות למילה "חקיקה" המופיעות בערך המילוני, ציין את המשמעות המתאימה לטקסט **ב**.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* 1. מן הכתוב בערך ניתן ללמוד על המילה "**חקיקה**" כמה פרטים:

חלק הדיבור הוא: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

המין הדקדוקי הוא: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

השורש הוא: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. לפניכם ארבעה זוגות של מילים.

בחרו זוג מילים שמתקיים בו יחס של נרדפות.

א. בקביעות, באופן מזדמן

ב. לשאוף, לנשוף

ג. עברות, עונשים

ד. נפוצה, שכיחה

1. לפי הטקסט, עישון נרגילה הוא פעולה נפוצה מאוד בקרב צעירים. האם, לדעתכם, יש לאסור עישון נרגילה בקרב בני נוער? נמקו את דבריכם.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

1. א. לפניכם שמות עצם הלקוחים משני הטקסטים .

מיינו אותם בטבלה לפי דרכי תצורתם.

**מתקן, עישון, צינורית, עיתונות, מחקר, התנהגות, סכנה, בכיר, אזהרה, רפואי**

|  |  |
| --- | --- |
| בסיס וצורן סופי | שורש ומשקל |
|  |  |

1. שם המספר

במשפטים שלפניכם המירו את הספרות במילים.

1. לאחר עישון נרגילה הייתה עלייה של **%33** במספר תאונות הדרכים. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. עישון חד פעמי של נרגילה מעלה את רמות דו- תחמוצת הפחמן בדם פי **5** לפחות בהשוואה לעישון של כמה סיגריות. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. אפילו עישון של **4** סיגריות ביום מעלה את הסיכויים לחלות בסרטן. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. לפניכם משפטים הלקוחים מן הטקסטים **א** ו**-ב**, ובהם פעלים מודגשים. כתבו את השורש ואת הבניין שלהם.

1( נרגילה הוא מתקן ה**משמש** לעישון טבק.

שורש \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ בניין \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2( הנרגילה **מורכבת** מראש, גוף וצינורית עם פִ ייה.

שורש \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ בניין \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3( לפי מחקר ש**בוצע** בבריטניה, עישון נרגילה מסוכן יותר מעישון סיגריות.

שורש \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ בניין \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4( החוקרים **טוענים** כי כל עוד אין אכיפה מספקת מוצרי הטבק יגיעו גם לקטינים.

שורש \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ בניין \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5( נהגים שעישנו נרגילה **הסתכנו** יותר בזמן הנהיגה.

שורש \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ בניין \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. ִכִתבו על-פי הטקסטים (**א** ו- **ב) דף מידע** המיועד לבני נוער בנושא עישון נרגילה. יש לכלול בדף מידע זה את עיקרי המידע על עישון נרגילה ועל הסכנות הכרוכות בו. היקף הכתיבה כ- 10 שורות.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

### טקסט **ג**

**עישון נרגילה**

מתוך מדור שאלות ותשובות, אתר האינטרנט "דתילי", 14.3.2010

**השואלת**: אימא מודאגת

בני חייל בצבא. לאחרונה נודע לי שהוא מעשן נרגילה מדי פעם עם החבר'ה. ניסיתי לדבר איתו על הנושא, אך ללא הועיל. אני אובדת עצות: מה ניתן לעשות? אשמח אם תוכלו לסייע לי בעצה.

**המשיב**:

לאימא המודאגת,

התופעה הזו מוכרת. מניסיון. חלק מהמעשנים נמשכים לכך משום שקיימת בקרב הנוער דעה שגויה לגבי מידת הסכנה שיש בעישון הנרגילה. על כן חשוב לדבר עם הבן על ההשפעה המזיקה שיש בעישון הנרגילה ולומר לו שאמנם בקרב הנוער המודע לנזקי עישון הסיגריות יש כאלה שאינם מודעים להשפעות הבריאותיות של עישון טבק נרגילה. אולם כיוון שיש מוסיפים חומרי טעם לטבק הנרגילה 10 יש הסוברים בטעות שהתערובת מכילה תערובת של פ רות מיובשים וטבק, ולכן אין היא מזיקה. כמו כן יש הסבורים בטעות שכל החומרים המזיקים שיש בטבק מסוננים ע"י המים שהעשן עובר בתוכם. ותורמת לכך גם העובדה שאדי המים מקטינים את הגירוי בכלי הנשימה שנוצר בעת עישון סיגריה, ועל כן יש הסוברים שנרגילה מזיקה פחות.

צריך להציג בפניו שכל המחקרים שנערכו בעולם הוכיחו חד-משמעית כי מדובר בסכנה בריאותית הדומה לסכנה הבריאותית של סיגריה. יתר על כן, חלק מהחוקרים סבורים כי הסכנה בעישון נרגילה גדולה יותר בהתחשב במשך הזמן המוקדש לעישון וספיגת העשן המוגברת עקב מבנה הכלי המכיל מים.

בניגוד לסיגריות אין תקנים המחייבים סטנדרטים של מבנה הטבק לנרגילה. מכיוון שהחומר מגיע מארצות ערב, המעשנים בדרך כלל אינם יודעים לתרגם את הרכב הטבק לעצמם. מדובר בטבק כהה 20 עם תכולת ניקוטין גבוהה יותר, ובדרך כלל אי אפשר לדעת אם לא הוסיפו לו חומרים נוספים. גם העברת הפומית מ פ ה ל פ ה מגדילה את הסכנה שבהעברת מחלות מסוגים שונים.

נקווה שלנוכח הכרת הסיכון השכל הישר יגבר.

**שאלות**

1. א. בתחילת הטקסט מופיעה שאלה של אם מודאגת.

המירו את שאלת ה אם מדיבור ישיר לדיבור עקיף.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

* 1. לפניכם ארבעה צירופים.

סמנו רק את הצירופים שהם משפט:

* + ספיגת העשן המוגברת עקב מבנה הכלי .
  + אשמח אם תוכל לסייע לי בעצה.
  + חלק מהמעשנים נמשכים לכך.
  + מידת הסכנה בעישון נרגילה.

* 1. לפניכם ארבעה משפטים.

סמנו את הנושא ואת הנשוא בכל משפט.

1. העברת הפומית מפה לפה מגדילה את הסכנות.
2. מיד לאחר עישון נרגילה נרשמה בקרב המשתתפים עלייה משמעותית בדופק.
3. מעשני נרגילה רבים מוסיפים חומרי טעם לטבק.
4. חקרים רבים הוכיחו את הסכנה שבעישון נרגילה.

1. האם התשובה ל אם המודאגת **עולה בקנה אחד** עם ממצאי המחקר המופיעים בטקסטים  **א** ו- **ב**? **נמקו** את תשובתכם.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |