

نود مشاركتكم قلفنا خلال الأسابيع الأخيرة، حول "تحديين" يتم الترويج لهما عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

التحدي الأول " [One Chip Challenge](#) " المعروف بتحدي رقائق التورتيللا الحارة، والتحدي الثاني المدعو بـ " [Death Nut Challenge](#) " المعروف بتحدي مكسرات الموت. يتضمن كلا التحديين رقائق التورتيللا أو الفول السوداني المكسو بمادة الكابيسين، وهي أحد مكونات الفلفل الحار الأكثر حادة. لقد بدأ الأمر يبدو واضحًا بشكل سريع عبر الزيارات المتعددة للطلاب الذين شاركوا في مثل هذه التحديات.

● ما هو التحدي؟

يتضمن هذا التحدي تناول إحدى رقائق البطاطس، ثم القيام بالانتظار لأطول فترة ممكنة دون تناول أو شرب أي شيء آخر. وبعدها يتم تشجيع المشاركين في هذا التحدي على نشر ردود أفعالهم على وسائل التواصل الاجتماعي.

● ما نسبة حمية الرقائق / الفول السوداني؟

تحتوي رقائق التورتيللا / الفول السوداني على مكّون حادّ جدًا من الفلفل الحار يُسمى الكابيسين. هذا المكّون مكثّف جدًا ويُستعمل في بخاخ الفلفل الحار لشركة مايس.

● ما مدة هذا التحدي؟

من المعروف أن مادة الكابيسين مزعجة للغاية، فمن المتوقع أن يشعر البعض بحساسية الفم والحلق. عادةً ما تستمرّ هذه الأعراض المزعجة والمؤلمة لعدة ساعات ومن المتوقع أن تستمرّ لعدة أيام.

● هل يُعتبر هذا التحدي آمنًا؟

كلا، لا نعتقد أن هذا التحدي آمنًا لطلابنا، حيث أن مادة الكابيسين قد تؤدي إلى عوارض التحسس في الفم والحلق، بالإضافة إلى الألم والشعور بالحرق الداخلي، مع انزعاج معويّ. كما من المعروف أن مادة الكابيسين قد تسبب مشاكل صحية أكثر خطورة مثل ألم الصدر، خفقان القلب، أو حتى نوبة قلبية. إن استخدام كميات كبيرة من الكابيسين يؤدي إلى تلف الأمعاء والحجرة بسبب القيء المتكرّر.

● ما الخطوات المعتمدة إذا تم تناول رقائق التورتيللا؟

يُعتبر الحليب أكثر فعالية من الماء في تخفيف الأعراض. يفضل غسل اليدين جيدًا لتجنّب انتشار المادة في العين وأجزاء أخرى من الجسم، والذي قد يؤدي بدوره إلى مزيد من الإلتهاب والتحسس. في حال ظهور أعراض أخرى، يُرجى طلب العناية الطبية والاتصال بمركز التحكم في السموم على الرقم التالي: 18002221222.

للحصول على مزيد من المعلومات، يُرجى الإطلاع على موقع مركز مراقبة السموم عبر الرابط التالي: <https://www.poison.org/articles/is-the-one-chip-challenge-dangerous> كما نرجو من حضرتكم التكلّم مع طلابكم حول مخاطر هذا التحدي المتداول على مواقع التواصل الاجتماعي. للإجابة على أسئلتكم المطروحة، يُرجى منكم عدم التردّد في التواصل مع ممرضة المدرسة أو الطبيب المختص برعاية طلابكم.

نشكركم على تعاونكم في هذا الأمر، حيث من أولى أولوياتنا خلق بيئة تعليمية آمنة لجميع الطلاب.