

บุหรี่ไฟฟ้ามีสารพิษ เสพติด อันตราย

#๓๑ พฤษภาคม ของทุกปี “วันงดสูบบุหรี่โลก”

กระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดประเด็นรณรงค์เนื่องในวันงดสูบบุหรี่โลกในปี ๒๕๖๖ ว่า

"บุหรี่ไฟฟ้ามีสารพิษ เสพติด อันตราย"

เพื่อใช้เป็นแนวทางการสื่อสารรณรงค์ประชาสัมพันธ์เพื่อการควบคุมการบริโภคยาสูบในทิศทางเดียวกันตลอดปี โดยมีวัตถุประสงค์ คือ

๑. เพื่อมุ่งเน้นสร้างการรับรู้ถึงอันตรายของการเสพติดบุหรี่ไฟฟ้า
๒. เพื่อให้รู้ถึงอันตรายของสารพิษต่าง ๆ ที่อยู่ในบุหรี่ไฟฟ้า
๓. เพื่อป้องกันเด็กและเยาวชนไม่ให้เริ่มสูบบุหรี่ไฟฟ้า
๔. เพื่อให้ประชาชนเกิดความตระหนักถึงปัญหาและอันตรายของสารพิษในบุหรี่ไฟฟ้า



บุหรี่ไฟฟ้า (Electronic Cigarette) หรือที่เรียกกันอีกชื่อหนึ่งว่า Vape คืออุปกรณ์ที่ใช้ในการสูบบุหรี่ที่ใช้พลังงานจากแบตเตอรี่เพื่อสร้างความร้อนและสร้างสารในไอระเหยที่ผู้ใช้สูดเข้าไปในปอด ปัจจุบันบุหรี่ไฟฟ้าถือเป็นสินค้าผิดกฎหมาย มีความผิดทั้งผู้นำเข้า ผู้ขายและผู้ใช้

ข่าวความเข้าใจผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า เช่น บุหรี่ไฟฟ้าไม่เป็นอันตราย เป็นเครื่องมือช่วยเลิกบุหรี่ หรือ บุหรี่ไฟฟ้าช่วยลดการเกิดโรคมะเร็ง ทางกรมควบคุมโรคได้ยืนยันชัดเจนว่า บุหรี่ไฟฟ้าถือว่ามีอันตรายรุนแรง เทียบเท่ากับบุหรี่ธรรมดา จากการวิจัยล่าสุดพบว่า “บุหรี่ไฟฟ้า” ทำลายดีเอ็นเอของเซลล์ในช่องปาก เพิ่มความเสี่ยงมะเร็ง สารเคมีในบุหรี่ไฟฟ้า เช่น นิโคติน ซิลิเกต และฟอร์มัลดีไฮด์ เป็นอันตรายและส่งผลกระทบต่อระบบต่าง ๆ ในร่างกายที่เราไม่ควรมองข้าม ได้แก่

๑. อันตรายต่อระบบทางเดินหายใจ : การสูบบุหรี่ไฟฟ้าอาจทำให้เกิดการระคายเคืองในทางเดินหายใจ และเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็ง โรคระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคถุงลมอุดกั้นเรื้อรัง (COPD) และภาวะหอบหืด

๒. อันตรายต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด : การสูบบุหรี่ไฟฟ้ามีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และความดันโลหิตสูง สารพิษที่มีอยู่ในบุหรี่ไฟฟ้าอาจทำให้เส้นเลือดตีบและเกิดการอุดตันภายในหลอดเลือด

๓. อันตรายต่อระบบทางเดินอาหาร : สารเคมีในบุหรี่ไฟฟ้ามีส่วนผสมที่ก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อระบบทางเดินอาหาร ทำให้มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคกระเพาะอาหาร กรดไหลย้อน และระบบการย่อยอาหาร

๔. อันตรายต่อระบบประสาท : การสูบบุหรี่ไฟฟ้าอาจส่งผลกระทบต่อระบบประสาทโดยเฉพาะการส่งสัญญาณประสาทภายในสมอง อาจทำให้เกิดอาการวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า มีความผิดปกติในการควบคุมการเคลื่อนไหว ปวดศีรษะ มึนงง

๕. อันตรายต่อระบบการทำงานของร่างกาย : การสูบบุหรี่ไฟฟ้าอาจทำให้เกิดอาการเหนื่อยหอบ หายใจอ่อนแรง และความสามารถในการออกกำลังกายลดลง ภูมิคุ้มกันลดลง ทำให้มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดเชื้อ โรคต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น

บุหรี่ไฟฟ้าติดง่ายและเลิกยากกว่าการเลิกบุหรี่แบบธรรมดาเนื่องจากระดับสารนิโคตินที่สูงกว่า สามารถแต่งกลิ่นและปริมาณตามความพอใจทำให้ผู้สูบบุหรี่รู้สึกเพลิดเพลินกับภัยเงียบดังกล่าวโดยไม่รู้ตัว ดังนั้นเพื่อหลีกเลี่ยงความเสี่ยงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ จึงควรสร้างทางเลือกใหม่ให้กับสุขภาพของคุณ นั่นคือ “การป้องกันดีกว่าการรักษา” วันนี้อย่ามัวเสียเวลาไปใช้ไหมที่จะ “ลด ละ เลิกบุหรี่” ร่วมกันรณรงค์สร้างผลดีให้กับตัวคุณและครอบครัว

ขอขอบคุณข้อมูลจาก

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

กองงานคณะกรรมการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ กรมควบคุมโรค