

บุหรี่ยาเสพติด คนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่

ความเป็นมา

เริ่มมีการจัดงานวันงดสูบบุหรี่โลกในวันที่ 31 พฤษภาคม ค.ศ.1988 โดยองค์การอนามัยโลก เนื่องจากเล็งเห็นอันตราย ของบุหรี่ต่อสุขภาพ ของผู้สูบบุหรี่และผู้ไม่สูบบุหรี่แต่ได้รับควันบุหรี่ การจัดงานวันงดสูบบุหรี่โลกก็เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูบบุหรี่เลิกสูบ และให้รัฐบาลชุมชนและประชากรโลก ตระหนักถึงความสำคัญและเข้าร่วมกิจกรรม

การสูบบุหรี่หรือได้รับควันบุหรี่เป็นประจำเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งปอด ฤๅลมโป่งพอง และโรคระบบทางเดินหายใจอื่น ๆ นอกจากนี้ยังส่งผลทำให้มีโอกาสเกิดโรคบางโรคมากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับควันบุหรี่ เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง และโรคอื่น ๆ อีกหลายโรค บุหรี่ยังทำให้เสียทรัพย์สินโดยไม่จำเป็นอีกด้วย

องค์การอนามัยโลกระบุชัดเจนว่า การสูบบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของการป่วยและเสียชีวิตก่อนวัยอันควรที่สามารถป้องกันได้ และกำหนดให้วันที่ 31 พฤษภาคม ของทุกปีเป็นวันงดสูบบุหรี่โลก (World No Tobacco Day) มีการกำหนดคำขวัญใน การณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในแต่ละปี

บุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

บุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ ทั้งต่อผู้สูบบุหรี่เอง และผู้ที่อยู่ใกล้ชิดที่สูดหายใจเอาอากาศที่มีควันบุหรี่เข้าไป เพราะควันบุหรี่ ประกอบด้วยสารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพทั้งสิ้น เช่น คาร์บอนมอนนอกไซด์ นิโคติน ทาร์ เป็นต้น จากการสำรวจพบว่า ผู้ที่เป็น มะเร็งปอดนั้น ร้อยละ 90 เป็นผลเนื่องมาจากการสูบบุหรี่ และถ้าสูบบุหรี่วันละ 1 ซอง จะมีโอกาสเป็นมะเร็งปอดมากกว่าผู้ที่ ไม่สูบบุหรี่ 5-20 เท่า นอกจากนี้ ผู้ที่ป่วยด้วยโรคหลอดลมอักเสบร้อยละ 80 และโรคหัวใจร้อยละ 50 ก็มีผลมาจากการสูบบุหรี่เช่นเดียวกัน



กฎหมายคุ้มครองสุขภาพประชาชนเรื่องบุหรี่

1. พระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ.2535

มีสาระสำคัญคือ การประกาศเขตปลอดบุหรี่ โดยแบ่งเขตปลอดบุหรี่ออกเป็น 4 กลุ่มคือ

- เขตปลอดบุหรี่อย่างแท้จริง เช่น รถยนต์โดยสารประจำทางที่ปรับอากาศและไม่ปรับอากาศ แท็กซี่ ตู้รถไฟปรับอากาศ ห้องชมมหรสพ
- เขตปลอดบุหรี่ทั้งหมดเช่น โรงเรียน ห้องสมุด ยกเว้น ห้องส่วนตัว
- เขตปลอดบุหรี่เกือบทั้งหมด เช่น สถานพยาบาล ศูนย์การค้า สถานที่ราชการ และรัฐวิสาหกิจ หากจะสูบบุหรี่ให้สูบ เฉพาะเขตสูบบุหรี่
- เขตปลอดบุหรี่อย่างน้อยครึ่งหนึ่งของพื้นที่นั้นๆ เช่น ตู้รถไฟโดยสารทั่วไป(ไม่ปรับอากาศ) และร้านอาหารต่างๆ ไป เฉพาะบริเวณที่มีระบบปรับอากาศ แต่ต้องจัดเขตสูบบุหรี่ไม่ให้เกิดครึ่งหนึ่งของพื้นที่ทั้งหมด

2. พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ

มีสาระสำคัญคือการห้ามขายบุหรี่ให้เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี หากฝ่าฝืนมีโทษจำคุก 1 เดือน หรือปรับไม่เกิน 2,000 บาท ห้ามขายสินค้าอื่นและแถมบุหรี่ให้ หรือ ขายบุหรี่แล้วแถมสินค้าอื่นๆ และห้ามการโฆษณาทั้งโดยตรงและทางอ้อม

ในคว้นบุหรี่มีอะไร

คว้นบุหรี่มีสอง คือคว้นบุหรี่ที่ผู้สืบทอดออกมาทางลมหายใจผสมกับคว้นจากปลายมวนบุหรี่ที่กำลังเผาไหม้โดยไม่ผ่านตัวกรองสารพิษใดๆ คว้นชนิดนี้ประกอบด้วยสารเคมีมากกว่า 7,000 ชนิด เป็นสารพิษอันตรายชนิดและในจำนวนนี้ราว 70 ชนิดเป็นสารก่อมะเร็งที่สามารถปะปนอยู่ในอากาศได้มากถึง 5 ชั่วโมงโดยไม่สลายในห้วงอวกาศได้

สารพิษในคว้นบุหรี่เกิดจากการเผาไหม้ของสารเคมีที่มีอยู่ในใบยาสูบตามธรรมชาติ จากสารเคมีที่ใช้ปรุงแต่งกลิ่นและรสในกระบวนการผลิตบุหรี่ และจากกระดาษที่ใช้มวนบุหรี่ ซึ่งตัวอย่างของสารพิษเหล่านี้ ได้แก่

- เบนซีน เป็นสารก่อมะเร็งที่พบในยาสูบและมลพิษซึ่งอาจติดมากับใบยาสูบ
- ฟอร์มาลดีไฮด์หรือฟอร์มาลีน เป็นสารก่อมะเร็งที่ก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อดวงตา เยื่อบุจมูก และเยื่อปอดและอันตราย
- พอลิเอทิลีน-210 เป็นสารกัมมันตรังสี เป็นสาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งปอด
- แคดเมียม เป็นสารโลหะที่เป็นอันตรายต่อไต ตับ และสมอง รวมถึงเพิ่มความถี่ของการเกิดมะเร็งปอดและอวัยวะ
- สารตะกั่ว เป็นสารโลหะที่ทำลายสมอง ได้ ระบบประสาทและเม็ดเลือดแดงอย่างรุนแรง สามารถถูกดูดซึมผ่านผิวหนังได้โดยเฉพาะในเด็ก
- แอมโมเนีย ใช้ปรุงแต่งรสชาติและช่วยให้ควันติดซึมเข้าสู่สมองและประสาทส่วนกลางเร็วขึ้น มีฤทธิ์ระคายเคืองต่อเยื่อ ทำให้แสบตา แสบจมูก หลอดลมอักเสบ
- โครเมียม เป็นสารโลหะที่อาจตกค้างในใบยาสูบหลังจากการพ่นยาสูบ
- คาร์บอนมอนอกไซด์ เป็นแก๊สที่เกิดจากการเผาไหม้บุหรี่ ออกฤทธิ์ขัดขวางการลำเลียงออกซิเจนของเม็ดเลือดแดง ทำให้ผู้สูดคว้นบุหรี่ได้รับออกซิเจนน้อยลง เลือดข้นและหนืดขึ้นจนหัวใจต้องทำงานหนักเพื่อให้เลือดนำออกซิเจนไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกายซึ่งนำไปสู่สาเหตุของการเกิดโรคหัวใจ
- สารหนู มีผลต่อระบบทางเดินอาหาร และเชื่อมโยงกับการเกิดภาวะหัวใจขาดเลือด

สารเคมีเหล่านี้ไม่ได้มีแค่ในคว้นที่เราสูดดมเข้าไป แต่ยังติดอยู่บนเส้นผมและเสื้อผ้าของผู้สูบ อยู่บนพรม บนข้าวของเครื่องใช้ต่างๆ ที่เรียกกันว่าคว้นบุหรี่มีสามซึ่งเป็นอันตรายต่อคนรอบข้างไม่แพ้คว้นบุหรี่มีสองเลย

โรคภัยที่มาพร้อมควันบุหรี่

ในแต่ละปี มีผู้คนทั่วโลกเสียชีวิตจากควันบุหรี่มือสองมากถึง 1 ล้านคนโดยประมาณ โดยโรคที่เสียชีวิตถึงชีวิตนี้ ได้แก่

- โรคมะเร็ง ควันบุหรี่สามารถทำให้เกิดโรคมะเร็งหลายระบบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งมะเร็งปอด นอกจากนี้ควันบุหรี่มือสองยังเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งต่อการเป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวอีกด้วย
- โรคหัวใจ ควันบุหรี่มือสองทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของระบบหลอดเลือดและระบบการไหลเวียนของเลือด ซึ่งเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจและภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน
- โรคปอด สารเคมีและแก๊สในควันบุหรี่มือสองก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อเยื่อบุหลอดลมและถุงลมจนนำไปสู่การอักเสบเรื้อรังและทำให้ปอดเสื่อมสมรรถภาพ เป็นสาเหตุสำคัญของกลุ่มโรคหลอดลมอุดกั้นเรื้อรัง (Chronic Obstructive Pulmonary Disease หรือ COPD) เช่น โรคถุงลมโป่งพอง โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง โรคหืด และโรคหลอดลมโป่งพอง

สารพิษในควันบุหรี่เป็นอันตรายกับทุกคน แต่เด็ก ๆ มีความเสี่ยงที่จะได้รับอันตรายมากกว่าผู้ใหญ่ เนื่องจากเด็กมีน้ำหนักน้อยแต่มีอัตราการเผาผลาญอาหารสูงกว่าและหายใจเร็วกว่า นอกจากนี้ เด็กยังอยู่ในช่วงวัยที่อ่อนแอต่าง ๆ กำลังพัฒนา เมื่อได้รับสารพิษในปริมาณเท่ากัน สารเหล่านี้ก็จะเข้าสู่ร่างกายและก่อให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะของเด็กได้ง่ายและมากกว่าผู้ใหญ่

สำหรับปัญหาสุขภาพที่เด็ก ๆ ต้องเผชิญ เช่น

- น้ำหนักแรกเกิดน้อย การสัมผัสกับควันบุหรี่ระหว่างตั้งครรภ์เพิ่มความเสี่ยงต่อการที่ทารกในครรภ์จะคลอดออกมาด้วยน้ำหนักแรกเกิดต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน
- โรคการเสียชีวิตเฉียบพลันในเด็กทารก (Sudden infant death syndrome หรือ SIDS) คือภาวะที่ทารกเสียชีวิตเฉียบพลันโดยไม่พบสาเหตุที่แน่ชัด ซึ่งเด็กอายุต่ำกว่า 1 ขวบที่ต้องอยู่ใกล้ๆ กับผู้ที่สูบบุหรี่มีความเสี่ยงต่อโรคมามากกว่าเด็กที่ไม่ได้สัมผัสควันบุหรี่
- โรคหืดและโรคระบบทางเดินหายใจอื่นๆ เป็นกลุ่มโรคที่พบบ่อยในเด็กที่ต้องสูดดมควันบุหรี่อยู่เสมอ
- การติดเชื้อ เด็กทารกที่เกิดจากพ่อแม่ที่สูบบุหรี่มีกเสี่ยงต่อการเป็นโรคหลอดลมอักเสบและปอดอักเสบมากกว่าเด็กทั่วไปโดยเฉพาะในช่วงขวบปีแรก