

ข่าวประชาสัมพันธ์

ฉบับที่ 29 ปี 2560 / พฤษภาคม 2560



กรมควบคุมโรค
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา

สคร.9

นครราชสีมา

กรมควบคุมโรค DDC

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

คว้นบุหรีมือสอง ไม่สูบกก็เสี่ยง

องค์การอนามัยโลกได้กำหนดให้ วันที่ 31 พฤษภาคมของทุกปี เป็นวันงดสูบบุหรี่โลก บุหรี่นั้น ถือเป็นสิ่งเสพติดชนิดหนึ่ง มีสารพิษที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพกว่า 4,000 ชนิด โดยเฉพาะสารก่อมะเร็ง ผู้ที่ติดบุหรี่จึงมีโอกาสเป็นมะเร็งที่ปอด ถุงลมโป่งพอง ปาก หลอดลม กระเพาะปัสสาวะหรือที่ตับอ่อน และมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคหัวใจมากกว่าคนที่ไม่สูบบุหรี่รวมทั้งมีอันตรายต่อทารกในครรภ์อีกด้วย ผู้สูบบุหรี่ครึ่งหนึ่งจึงเสียชีวิตก่อนวัยอันควรด้วยโรคเหล่านี้ โดยแต่ละคนอายุจะสั้นลงโดยเฉลี่ย 12 ปี และป่วยหนักเป็น เวลา 2 ปีก่อนเสียชีวิต

นายแพทย์ธีรวัฒน์ วลัยเสถียร ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวถึง บุหรี่ว่า ข้อมูลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี พ.ศ. 2558 พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปบริโภคยาสูบ 10.9 ล้านคน คว้นบุหรีในบรรยากาศ หรือคว้นบุหรีมือสองเกิดขึ้นจาก 2 แหล่ง คือคว้นที่ผู้สูบบุหรี่พ่นออกมา และคว้นที่ลอยจากปลายมวนบุหรีระหว่างการสูบ ผลของคว้นบุหรีมือสองที่มีต่อสุขภาพของผู้ที่ได้รับคว้นบุหรีมีดังนี้ 1.หญิงตั้งครรภ์และเด็กทารก มีโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อนในระหว่างตั้งครรภ์และคลอดบุตร เช่น ครรภ์เป็นพิษ แท้ง คลอดก่อนกำหนด อาการไหลตายในเด็ก มีความเสี่ยงพัฒนาการทางสมองช้ากว่าปกติ 2.เด็กเล็ก ทำให้เกิดความเจ็บปวดด้วยโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น หลอดลมอักเสบ ปวดบวม 3.ผู้ใหญ่ เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ มะเร็งปอด มะเร็งที่ลำคอ มะเร็งกล่องเสียง ช่องปาก และหลอดอาหาร ผู้ที่มีอาการหอบ หืด โรคหัวใจ และโรคหลอดลมอักเสบ จะทำให้อาการของโรคเพิ่มมากขึ้น

ผู้อำนวยการสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กล่าวต่อไปว่า การเลิกสูบบุหรี่เป็นสิ่งที่ดีต่อสุขภาพ ขอเพียงสร้างแรงจูงใจให้กับตัวเอง เช่น ทำเพื่อสุขภาพ เพื่อคนที่คุณรัก หรือประหยัดเงินจากค่าบุหรี ครอบงำอยู่ท่ามกลางสิ่งกระตุ้น เช่นสภาพแวดล้อมที่มีคนสูบบุหรี่ เพราะมีเช่นนั้นอาจทำให้อยากกลับมาสูบบุหรี่อีกก็ได้ ทำจิตใจให้มั่นคง หมั่นออกกำลังกายเพื่อคลายความตึงเครียด หรือหากิจกรรมอย่างอื่นทำ เพื่อให้เลิกบุหรีได้สำเร็จ

สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422

ที่มา: เว็บไซต์ สสส. <http://www.thaihealth.or.th>

กลุ่มสื่อสารความเสี่ยง และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

ก.ราชสีมา-โชคชัย ต.หนองบัวศาลา อ.เมือง จ.นครราชสีมา 30000

โทร.0-4421-2900 ต่อ 125 โทรสาร 0-4421-8018 <http://www.odpc9.org>

facebook สื่อสารความเสี่ยง สคร.9 นครราชสีมา Fanpage : ก้าวทันโรคกับ สคร.9



กรมควบคุมโรค กรมคุณธรรม

“ซื่อสัตย์ • เสียสละ • รับผิดชอบ”