



สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดปัตตานี กรมประชาสัมพันธ์

ที่อยู่ 352 ม.6 ถ.ปากน้ำ ต.รูสะมิแล อ.เมืองปัตตานี จ.ปัตตานี 94000

Page : Facebook สวท.ปัตตานี NEWS โทร. 0-7346-0064

บุหรี่ไฟฟ้า ตัวเลือกหรือตัวร้ายของสายควัน

เมื่อรัฐมนตรีว่าการกระทรวงกระทรวงสาธารณสุขประกาศ “ไม่เอา” บุหรี่ไฟฟ้า ทั้งยังเชิญปลุกเร้าให้คนไทยหันมาร่วมกันดูแลป้องกันไม่ให้มีนักสูบ (บุหรี่ไฟฟ้า) หน้าใหม่เพิ่มขึ้น นั่นทำให้สังคมไทยหันกลับมาสนใจสถานการณ์บุหรี่ไฟฟ้ามากขึ้นอีกครั้ง ถึงแม้ว่าบุหรี่ไฟฟ้าจะไม่ถูกกฎหมายในเมืองไทย แต่นับวันกลับมีการใช้กันอย่างแพร่หลายมากขึ้น โดยนักสูบหันมาใช้แทนบุหรี่แบบดั้งเดิม ด้วยความเชื่อเรื่องความปลอดภัยทั้งต่อตนเองและบุคคลรอบข้าง นอกจากนี้ยังมีนักสูบหน้าใหม่เพิ่มจำนวนขึ้น โดยเฉพาะผู้หญิง เด็ก และเยาวชน ดังนั้นเพื่อหยุดผลกระทบในมิติต่าง ๆ จากบุหรี่ไฟฟ้า จึงต้องมีการเฝ้าระวัง ป้องกันและแก้ไข ด้วยการให้ข้อมูลที่ถูกต้องและส่งเสริมให้ประชาชนรู้เท่าทันการบุกโจมตีของอุปกรณ์สูบบุหรี่ประเภทนี้

มีอะไรใน ‘ไอ’ บุหรี่ไฟฟ้า บุหรี่ไฟฟ้า (Electronic Cigarette) เป็นอุปกรณ์สูบบุหรี่ชนิดหนึ่งที่ใช้กลไกไฟฟ้าทำให้เกิดความร้อนและไอน้ำ ซึ่งประกอบไปด้วยสารเคมีต่าง ๆ โดยไม่มีควันจากกระบวนการเผาไหม้เหมือนบุหรี่ปกติทั่วไป และด้วยการสูบไอของบุหรี่ไฟฟ้าทำให้เกิดความเข้าใจว่ามีอันตรายต่อร่างกายน้อยกว่าบุหรี่ธรรมดา ข้อเท็จจริงคือ ไอจากบุหรี่ไฟฟ้ามินิโคติน ซึ่งเป็นสารที่ทำให้เกิดการเสพติดได้เช่นเดียวกับบุหรีมวน สารนิโคตินนี้ส่งผลให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายน้อยลง ในบุหรี่ไฟฟ้ายังมีสารมีพิษอื่น ๆ ซึ่งเป็นอันตรายต่อระบบของร่างกาย ข้อมูลจากองค์การอนามัยโลกยังระบุว่า บุหรี่ไฟฟ้ามียาที่ทำให้เกิดอาการไอ ระคายเคืองปอด เพิ่มความเสี่ยงอาการหอบหืด ไอระเหยของบุหรี่ไฟฟ้ามีขนาดเล็กกว่าบุหรีมวน สามารถเข้าไปในปอดส่วนลึกมากกว่า ดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือดได้รวดเร็ว อีกทั้งขดลวดโลหะในอุปกรณ์สูบบุหรี่ไฟฟ้าสามารถปล่อยโลหะหนักออกมาได้

ปัจจุบันนี้ยังไม่มีหลักฐานเพียงพอที่จะบอกว่าในระยะยาวบุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัยมากกว่าบุหรีแบบดั้งเดิมหรือไม่ แต่สิ่งที่เกิดขึ้นแล้วคือ ในหลายประเทศมีรายงานผู้ป่วยและเสียชีวิตด้วยสาเหตุเกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ไฟฟ้า เช่น ที่สหรัฐอเมริกา ในปี 2562 มีประชาชนป่วย 450 ราย และ 6 รายเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้า ในประเทศไทยยังไม่มีตัวเลขจำนวนของผู้ป่วยหรือเสียชีวิตจากการใช้บุหรีไฟฟ้า แต่พบว่ามีผู้ป่วยด้วยโรคปอดอักเสบจากการใช้บุหรีไฟฟ้ามาตั้งแต่ปี 2562 สำหรับด้านความสูญเสียทางเศรษฐกิจจากงานวิจัยของสหรัฐฯ พบว่า ค่ารักษาพยาบาลจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้าสูงถึงปีละกว่า 5 แสนล้านบาท สูงกว่ารายได้จากภาษีบุหรีไฟฟ้าที่จัดเก็บได้เพียง 3 ร้อยล้านบาท

ใช่ทางเลือกในการเลิกบุหรีหรือไม่ ? ทุกวันนี้ ยังคงมีการถกเถียงเรื่องบุหรีไฟฟ้าว่า แท้จริงแล้วเป็นตัวช่วยหรือตัวเลือกที่ดีกว่าสำหรับคนอยากเลิกสูบบุหรีได้จริงไหม ในประเทศไทย บุหรีไฟฟ้าถือเป็นสิ่งผิดกฎหมายตั้งแต่ปี 2557 มีกฎหมายห้ามนำเข้าและจำหน่าย ห้ามสูบบุหรีไฟฟ้าในสถานที่สาธารณะ ขณะที่จำนวนผู้สูบบุหรีไฟฟ้าในประเทศเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยในช่วงหลังนักสูบหน้าใหม่ที่เพิ่งเริ่มต้นกับบุหรีไฟฟ้ามีผู้หญิง วัยรุ่น และเด็กเป็นจำนวนมาก เยาวชนไทยเริ่มมีการใช้บุหรีไฟฟ้ามากขึ้น จากการสำรวจนักเรียน



สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดปัตตานี กรมประชาสัมพันธ์

ที่อยู่ 352 ม.6 ถ.ปากน้ำ ต.รูสะมิแล อ.เมืองปัตตานี จ.ปัตตานี 94000

Page : Facebook สวท.ปัตตานี NEWS โทร. 0-7346-0064

ชั้นมัธยมศึกษาและระดับปริญญากว่า 2,000 คน พบว่า 1 ใน 3 หรือกว่า ร้อยละ 30 เคยใช้บุหรี่ไฟฟ้าอย่างน้อย 1 ครั้ง นักศึกษาในมหาวิทยาลัยกว่าร้อยละ 60 มีอุปกรณ์บุหรี่ไฟฟ้า แสดงให้เห็นว่าบุหรี่ไฟฟ้าที่กำลังรุกรากลุ่มนักศึกษาและนักเรียน ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นต่อเนื่อง

ผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ปี 2564 ยังพบอัตราการสูบบุหรี่ไฟฟ้าในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป เพศชายเท่ากับ ร้อยละ 0.0% เพศหญิง ร้อยละ 1.9 ขณะที่ผลการสำรวจภาวะสุขภาพของนักเรียนอายุ 13-17 ปี โดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ปี 2564 พบว่า นักเรียนชายสูบบุหรี่ไฟฟ้า ร้อยละ 18.7 นักเรียนหญิง ร้อยละ 8.9 แสดงให้เห็นอัตราการสูบบุหรี่ไฟฟ้าของผู้หญิงที่เพิ่มมากขึ้นและสูงขึ้น ในเด็กและเยาวชนที่สมองยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่ พิษของนิโคตินในบุหรี่ไฟฟ้าจะส่งผลให้เด็กที่สูบบุหรี่มีอาการหงุดหงิดง่าย เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง ความจำแย่ลง ปวดศีรษะ อารมณ์แปรปรวน สมาธิสั้น และมีภาวะซึมเศร้า ข้อมูลจากองค์การอนามัยโลกระบุ บุหรี่ไฟฟ้าเป็นอันตรายต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของสมองในเด็กและเยาวชนลดลง ก่อให้เกิดความเสียหายอย่างรุนแรงต่อพัฒนาการของทารกในครรภ์

หาซื้อได้ง่ายเข้าถึงเด็กและเยาวชนมากขึ้น ด้วยการสร้างภาพทางการตลาดให้อุปกรณ์การสูบบุหรี่ชนิดใหม่ดูเหมือนสิ่งของทันสมัย ไม่มีอันตราย ทำให้บุหรี่ไฟฟ้าสามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายผ่านช่องทางซึ่งใกล้ชิดและทำให้เกิดนักสูบหน้าใหม่มากขึ้นเรื่อย ๆ บุหรี่ไฟฟ้าเข้าถึงเด็กและเยาวชนได้ง่ายขึ้นโดยผ่านทางโซเชียลมีเดีย จากการสำรวจของ Wisersight ในช่วงระหว่างเดือนมีนาคม 2565 ถึงเดือนกันยายน 2565 พบว่า การพูดถึง “บุหรี่ไฟฟ้า” ในโซเชียลมีเดียมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ผู้จำหน่ายบุหรี่ไฟฟ้าดึงดูดใจเยาวชนให้เข้าถึงบุหรี่ไฟฟ้าได้ง่ายขึ้นด้วยภาพลักษณ์ทันสมัย แปลกใหม่และแตกต่างจากบุหรี่ทั่วไป มีการให้ข้อมูลเพียงด้านเดียว ทั้งยังหาซื้อได้ง่าย จึงเข้าถึงเด็ก และเยาวชนมากขึ้น

ข้อมูลงานวิจัยบุหรี่ไฟฟ้าในเด็กและเยาวชนไทยระดับมัธยมต้นอายุ 11-16 ปี (อายุเฉลี่ย 13 ปี) พบสาเหตุสำคัญที่ทำให้เด็กไทยติดบุหรี่ไฟฟ้าคือ มีพ่อแม่ คนในครอบครัว เพื่อน และคนรอบตัวสูบบุหรี่ไฟฟ้าจึงมองว่า การสูบบุหรี่เป็นเรื่องปกติ สำหรับคนที่เคยสูบบุหรี่ธรรมดา มาก่อนมักเข้าใจผิดว่าบุหรี่ไฟฟ้าไม่มีอันตราย ที่ผ่านม้อัตราการสูบบุหรี่ของหญิงไทยต่ำ เพราะการไม่ยอมรับของสังคม ค่านิยม รวมทั้งกลิ่นเหม็นของบุหรี่ยี่ห้อหรือยาเส้น แต่กับบุหรี่ไฟฟ้า วัยรุ่นหญิงเอเชียรวมถึงไทยให้เหตุผลว่า บุหรี่ไฟฟ้ามีกลิ่นหอมด้วยผู้ผลิตใช้สารปรุงรส และไม่มีการกลั่นเหม็นจากการเผาไหม้ อีกทั้งมีอุปกรณ์สูบบุหรี่รูปทรงสวย ขนาดเล็กสามารถพกซ่อนติดตัวได้ง่าย ทำให้ผู้หญิงสูบบุหรี่ไฟฟ้ามากขึ้น

หวานหอม...ช่อนพิษ! การเพิ่มขึ้นของนักสูบหน้าใหม่ที่เป็นเยาวชนนับเป็นความกังวลของหลายประเทศ ดังเช่น องค์การอาหารและยาสหรัฐอเมริกาหรือ FDA ประกาศเป็นครั้งแรกในปี 2564 ห้ามขายผลิตภัณฑ์บุหรี่ไฟฟ้าแต่งกลิ่นและรส 55,000 รายการ โดยให้เหตุผลว่าเป็นอันตรายต่อสุขภาพของเยาวชนใน



สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดปัตตานี กรมประชาสัมพันธ์

ที่อยู่ 352 ม.6 ถ.ปากน้ำ ต.รูสะมิแล อ.เมืองปัตตานี จ.ปัตตานี 94000

Page : Facebook สวท.ปัตตานี NEWS โทร. 0-7346-0064

สหรัฐอเมริกา กลิ่นและรสชาติถือเป็นอีกหนึ่งกลยุทธ์สำคัญที่บุหรี่ไฟฟ้าสามารถยั่วใจลูกค้าได้ โดยในตลาดบุหรี่ไฟฟ้ามีของเหลวปรุงแต่งรสประมาณ 20,000 ชนิด ส่วนใหญ่เป็นสารเคมีซึ่งระเหยง่าย อาจเป็นสารเคมีที่ใช้กับอาหารทั่ว ๆ ไป ซึ่งมีความปลอดภัยเมื่อรับประทานเข้าสู่ร่างกาย แต่อาจจะไม่ปลอดภัยเมื่อเปลี่ยนรูปแบบเป็นไอที่สูบหรือสูดเข้าไป การผสมสารปรุงแต่งรสชาติยังเป็นการอำพรางความไม่พึงประสงค์ของไอบุหรี่ไฟฟ้าที่มีนิโคติน โลหะหนัก ฟอรัมาลดีไฮด์ ฯลฯ ซึ่งทั้งฉุนและเป็นอันตราย สารปรุงแต่งรสทำให้สัญญาณเตือนภัยทางประสาทสัมผัส และปฏิกิริยาป้องกันของผู้ใช้ลดลง มีผลการวิจัยเผยให้เห็นว่า สารแต่งกลิ่นรสทำปฏิกิริยาผลิตสารระคายเคืองต่อระบบทางเดินหายใจ การสัมผัสเป็นเวลานานอาจทำให้ไอเรื้อรัง มีการอักเสบในทางเดินหายใจ และปอดถูกทำลายอย่างเฉียบพลัน

การสูบไอในระยะยาวอาจทำให้เกิดความผิดปกติของประสาทสัมผัสรับกลิ่น เมื่อการรับรู้กลิ่นลดลง ผู้ใช้บุหรี่ไฟฟ้าจึงต้องเลือกน้ำยาที่มีรสชาติเข้มข้นขึ้น ซึ่งอาจยิ่งสร้างความระคายเคือง ทำลายจมูก ปอด และทางเดินหายใจมากยิ่งขึ้น ในระยะยาวยังต้องมีการวิจัยเพื่อทำความเข้าใจถึงผลเสียต่อสุขภาพและพิษของสารปรุงแต่งรสและสารเคมีอื่น ๆ ในไอบุหรี่ไฟฟ้า เพื่อป้องกันผลร้ายแรงที่อาจเกิดขึ้น โลกกับมาตรการจัดการบุหรี่ไฟฟ้า ช่วงหลายปีหลัง รัฐบาลหลายประเทศจับตาดูบุหรี่ไฟฟ้ากันมากขึ้น เพราะมีผู้ใช้เพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ พร้อมกับที่มีรายงานเกี่ยวกับอันตรายจากการใช้งานออกมาเป็นระยะ

สำหรับประเทศไทยมีกฎหมายห้ามนำเข้าและห้ามจัดจำหน่ายบุหรี่ไฟฟ้าทุกรูปแบบ ขณะที่ทั่วโลกมี 35 ประเทศห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้า และมี 3 ประเทศห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้าที่มีสารนิโคติน ประเทศที่อนุญาตให้ขายบุหรี่ไฟฟ้าได้ภายใต้กฎหมายควบคุมมี 73 ประเทศ ในจำนวนนี้มี 34 ประเทศที่ควบคุมนิโคตินในบุหรี่ไฟฟ้า แต่ละประเทศมีแนวทางการจัดการกับบุหรี่ไฟฟ้าที่แตกต่างกัน กรอบคิดในการจัดการกับบุหรี่ไฟฟ้าในประเทศต่าง ๆ แบ่งเป็นการห้าม, การควบคุมในฐานะที่เป็นผลิตภัณฑ์ทางการแพทย์, ห้ามส่วนประกอบบางชนิด, ควบคุมในฐานะที่เป็นสารพิษ, ควบคุมในฐานะที่เป็นผลิตภัณฑ์ยาสูบ, ควบคุมในฐานะที่เป็นสินค้าเพื่อบริโภค และควบคุมในฐานะที่เป็นผลิตภัณฑ์พิเศษ ประเทศส่วนใหญ่มีความเห็นตรงกันว่าต้องจำกัดอายุขั้นต่ำของผู้ซื้อ รวมทั้งจำกัดการโฆษณาและส่งเสริมการขาย และการห้ามสูบในพื้นที่สาธารณะ ซึ่งในจำนวนประเทศเหล่านี้จัดให้บุหรี่ไฟฟ้าเป็นผลิตภัณฑ์ภายใต้กฎหมายควบคุมยาสูบหรือบุหรี่ไฟฟ้าโดยเฉพาะ แต่บางประเทศจัดให้บุหรี่ไฟฟ้าเป็นผลิตภัณฑ์ทางการแพทย์ไว้ในบางกรณีด้วย เช่น สหราชอาณาจักรซึ่งมองว่าบุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัย “ค่อนข้างมาก” เพราะไม่ปล่อยคาร์บอนมอนนอกไซด์ ซึ่งก่อให้เกิดโรคปอดและมะเร็ง อีกทั้งการติดนิโคตินอันตรายน้อยกว่าสารอื่นๆ

‘เรื่องจริงที่หนุ่ยอยากบอก’ ประเทศไทยวันนี้มีการณรงค์และจับตาเฝ้ามองสถานการณ์บุหรี่ไฟฟ้าอย่างต่อเนื่อง สิ่งที่เป็นอยู่คือ ไทยใช้กฎหมายในการจัดการปัญหาบุหรี่ แต่ยังไม่ประสบปัญหาในการบังคับใช้กฎหมายอย่างจริงจัง เช่น ไม่สามารถทำได้กับการซื้อขายบุหรี่ไฟฟ้าผ่านช่องทางออนไลน์ที่กำลังแพร่หลาย



สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดปัตตานี กรมประชาสัมพันธ์

ที่อยู่ 352 ม.6 ถ.ปากน้ำ ต.รูสะมิแล อ.เมืองปัตตานี จ.ปัตตานี 94000

Page : Facebook สวท.ปัตตานี NEWS โทร. 0-7346-0064

เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับอุบัติเหตุไฟฟ้า สำนักสื่อสารการตลาดเพื่อสังคม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) นำงานวิจัยของสมาคมพิษวิทยาแห่งเกาหลี ที่ชี้ให้เห็นถึงผลกระทบต่อสมองจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้ามาสร้างสรรค์สื่อ “เรื่องจริงที่หนูอยากจะบอก” นำเผยแพร่เพื่อสร้างความตระหนักและให้ความรู้ผ่านช่องทางต่าง ๆ ซึ่งสามารถติดตามได้ทาง Facebook: Social Marketing Thaihealth by สสส.) ด้วยการใช้บุหรี่ไฟฟ้าที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในหมู่คนหนุ่มสาว เด็ก และเยาวชน ทำให้ต้องมีการจับตาเฝ้าระวัง รวมทั้งมีวิธีการแก้ไขและป้องกัน เพื่อลดการใช้บุหรี่ไฟฟ้า ปกป้องเด็ก เยาวชน และคนหนุ่มสาวจากการติดนิโคตินไปตลอดชีวิต รวมทั้งปัญหาอื่น ๆ ที่อาจจะตามมา ทั้งนี้ทุกฝ่ายจะต้องทำงานร่วมกัน ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน บุคลากรทางด้านสาธารณสุข องค์กรที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ และรัฐบาล รวมไปถึงผู้มีส่วนได้ส่วนเสียอื่น ๆ ด้วย

ผู้จัดทำ/เรียบเรียง : นางสาวณัฐนันท์ คงทน / นสม.ชก

หน่วยงาน : ฝ่ายข่าวและรายการ สวท.ปัตตานี

แหล่งที่มา : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) <https://shorturl.asia/fgEzX>

โรงพยาบาลวิภาวดี <https://shorturl.asia/dNUB2>