

บุหรี่ไฟฟ้าคืออะไร?

บุหรี่ไฟฟ้าเป็นอุปกรณ์ที่ใช้พลังงานไฟฟ้าเป็นตัวนำความร้อนให้เกิดการเผาไหม้ของเหลว (น้ำยาบุหรี่ไฟฟ้า) ที่อาจประกอบไปด้วย นิโคติน สารปรุงแต่งรส และสารเติมแต่งอื่น ๆ ตามน้ำยาแต่ละตัว โดยบุหรี่ไฟฟ้าจะประกอบไปด้วยส่วนประกอบ 3 อย่างคือ แบตเตอรี่ที่ช่วยทำให้เกิดไอน้ำและความร้อน สารแต่งรส/แต่งกลิ่น และ น้ำยาบุหรี่ไฟฟ้า (e-liquid) ที่มีรสชาติและกลิ่นที่แตกต่าง

โทษบุหรี่ไฟฟ้าและความเสี่ยงต่อสุขภาพร่างกาย/ปอด/หัวใจ

แม้ว่าการสูบบุหรี่ไฟฟ้าจะถูกมองว่าเป็นทางเลือกที่ปลอดภัยกว่าบุหรี่ทั่วไป แต่บุหรี่ไฟฟ้าก็ไม่ได้ปราศจากความเสี่ยงโดยสิ้นเชิง สารพิษบุหรี่ไฟฟ้าสามารถส่งผลกระทบได้ทั้งกับ ร่างกาย ปอด และหัวใจ:

ผลกระทบกับสุขภาพทั่วไป: การสูบบุหรี่ไฟฟ้าอันตรายและอาจทำให้เกิดการเสพติดนิโคติน ซึ่งส่งผลให้อัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น ความดันโลหิตสูง และผลเสียต่อการพัฒนาสมองในเด็กและวัยรุ่น

สุขภาพปอด: พิษบุหรี่ไฟฟ้าจากการสูดไอเข้าไปจะทำให้ปอดสัมผัสกับสารเคมีที่เป็นอันตรายซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาในระบบทางเดินหายใจ เช่น การไอ หายใจมีเสียงหวีด และการกำเริบของโรคที่มีอยู่เดิม เช่น โรคหอบหืดและโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD)

สุขภาพของหัวใจ: นิโคตินในบุหรี่ไฟฟ้ามียาพิษที่สามารถทำให้หลอดเลือดหดตัว เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือด และเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจและความดันโลหิต ส่งผลให้เกิดปัญหาหลอดเลือดหัวใจ เช่น โรคหัวใจและโรคหลอดเลือดสมอง

สูบบุหรี่ไฟฟ้าช่วยให้เลิกบุหรี่ได้จริงไหม แล้วจะติดบุหรี่ไฟฟ้าแทนไหม?

บุหรี่ไฟฟ้าสามารถเสพติดได้เนื่องจากมีสารนิโคติน ซึ่งมีผลคล้ายกับบุหรี่ทั่วไป อย่างไรก็ตาม ผู้สูบบุหรี่บางคนใช้บุหรี่ไฟฟ้าเป็นเครื่องมือในการเลิกบุหรี่หรือลดการบริโภคยาสูบ แต่อย่าลืมว่าคำโฆษณาที่บอกจะช่วยให้เลิกบุหรี่ได้นั้นก็มาจากตัวบริษัทผลิตบุหรี่ไฟฟ้าเองที่ทำออกมาเพื่อเพิ่มยอดขาย อย่างไรก็ตามงานวิจัยเกี่ยวกับประสิทธิภาพในการเลิกบุหรี่มีหลักฐานบางอย่างชี้ให้เห็นว่าบุหรี่ไฟฟ้าอาจช่วยให้บางคนเลิกสูบบุหรี่แบบเดิมๆ ได้ แต่อย่าลืมว่า เราอาจเลิกสูบบุหรี่แบบเดิมๆ ได้ แต่การหยิบบุหรี่ไฟฟ้าขึ้นมาสูบกียังคงเป็นพฤติกรรมที่ไม่ต่างจากการสูบบุหรี่ธรรมดามากนัก ดังนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทราบว่าวิธีเลิกสูบบุหรี่ไฟฟ้าและบุหรี่โดยสิ้นเชิงยังคงต้องมีการปรึกษาแพทย์หรือมีผู้ช่วยเหลือและปรับปรุงสุขภาพโดยรวมร่วมกันด้วยจึงจะเห็นผลดีที่สุด

กฎหมายบุหรี่ไฟฟ้าที่ควรรู้

กรณีผู้ขายหรือผู้ให้บริการบุหรี่ไฟฟ้า: ห้ามขาย/ห้ามนำเสนอเพื่อขาย/ห้ามให้บริการ

บทลงโทษ: จำคุกไม่เกิน 3 ปี ปรับไม่เกิน 6 แสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

กรณีผู้นำเข้าบุหรี่ไฟฟ้า: ห้ามนำเข้า

บทลงโทษ: จำคุกไม่เกิน 10 ปี ปรับเป็นเงิน 5 เท่าของสินค้านั้นหรือทั้งจำทั้งปรับ และริบสินค้านั้นรวมทั้งสิ่งที่ใช้บรรจุและพาหนะที่ใช้ในการบรรทุกสินค้าด้วย

กรณีผู้ครอบครองหรือรับฝากไว้ซึ่งบุหรี่ไฟฟ้า: ห้ามนำเข้า ช่วยซ่อนเร้น ช่วยจำหน่าย หรือรับฝากไว้

บทลงโทษ: โทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี หรือปรับเป็นเงิน 4 เท่าของราคาสินค้า หรือทั้งจำทั้งปรับ แม้จะไม่มีเจตนาหรือไม่รู้ว่าเป็นของมีความผิด ก็ต้องถูกริบและนำไปทำลายตามกฎหมาย

บุหรี่ไฟฟ้าผิดกฎหมายทั้งมีในครอบครอง นำเข้า และซื้อขาย ศคช. มีนโยบายดำเนินคดีกับผู้ลักลอบจำหน่ายหรือให้บริการบุหรี่ไฟฟ้าอย่างเด็ดขาดทุกราย หากผู้ใดพบเห็นการจำหน่ายหรือให้บริการบุหรี่สามารถแจ้งเบาะแสได้ที่สายด่วน ศคช. 1166 (ในวันและเวลาราชการ) และผ่านระบบออนไลน์ได้ที่ “ระบบร้องทุกข์ผู้บริโภค” หรือโมบายแอปพลิเคชัน “OCPB Connect” ได้ตลอด 24 ชั่วโมง หรือแจ้งสถานีตำรวจในท้องที่

5 สารพิษ อันตรายในบุหรี่ไฟฟ้า



1. นิโคติน

ทำให้เซลล์สมองอักเสบ
ยิ่งในคนอายุต่ำกว่า 25 ปี
กระทบต่อการพัฒนาการของสมอง



2. ฟอร์มัลดีไฮด์

ทำร้ายเยื่อทางเดินหายใจ
และเซลล์เยื่อทั่วร่างกาย
เสี่ยงเกิดมะเร็งหลอดลมได้ตลอดเวลา



3. โพรโพลีนไกลคอล

ทำลายชั้นของเหลวบนผิวดวงตา
ทำให้จอประสาทตาเสื่อม



4. กลีเซอรอล

เมื่อเข้าสู่กระแสเลือด
ทำให้เวียนศีรษะ คลื่นไส้



5. สารหนู

หากได้รับปริมาณมาก ส่งผลต่อ
การแข็งตัวของเลือดเสี่ยงภาวะ
เลือดไหลไม่หยุด

สสส. และภาคีเครือข่าย สนับสนุนให้เด็กและเยาวชนไทย
รู้เท่าทันพิษภัยบุหรี่ไฟฟ้า ร่วมสร้างสุขภาพที่ดีให้สังคมไทย

ที่มา : มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

สานพลัง สร้างนวัตกรรม สืบสานสุข