



หมอชวนรู้

“บุหรี่ไฟฟ้า: ทางเลือกที่(ไม่)ปลอดภัย”



บทความโดย

ผศ. พญ.พิชญาภา รุจิวิชญ์

อายุรแพทย์โรคระบบการหายใจและภาวะวิกฤตโรคระบบการหายใจ

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand



www.tmc.or.th



02-590-1886

“บุหรี่ไฟฟ้า:ทางเลือกที่(ไม่)ปลอดภัย”



แม้บุหรี่ไฟฟ้าจะยังคงผิดกฎหมายในประเทศไทย แต่พบว่าการใช้อย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นซึ่งเข้าใจผิดว่าบุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัยกว่าบุหรี่มวน และสามารถช่วยเลิกบุหรี่ได้ ทั้งที่ในความเป็นจริงกลับมีอันตรายต่อสุขภาพไม่น้อยกว่ากัน

บุหรี่ไฟฟ้าหรือยาสูบอิเล็กทรอนิกส์



เป็นอุปกรณ์ที่ใช้ความร้อนจากแบตเตอรี่ทำให้น้ำยาที่มีส่วนผสมของนิโคติน สารแต่งกลิ่น และสารเคมีอื่น ๆ กลายเป็นไอเพื่อสูดดมเข้าสู่ปอด แม้ไม่เกิดควันจากการเผาไหม้เหมือนบุหรี่มวน แต่ยังคงมีสารพิษจำนวนมากที่เป็นอันตราย น้ำยาบุหรี่ไฟฟ้าประกอบด้วยนิโคติน (ซึ่งเป็นสารเสพติด), โพรไพลีนไกลคอลและกลีเซอริน (กระตุ้นให้เกิดการระคายเคืองทางเดินหายใจ) และสารเคมีอื่น ๆ เช่น โลหะหนัก สารระเหย และสารแต่งกลิ่น ที่อาจก่อโรคเรื้อรัง รวมถึงโรคมะเร็ง



ปัจจุบัน เริ่มพบการใช้บุหรี่ไฟฟ้ารูปแบบใหม่ที่เรียกกันว่า “พอตเค” และ “พอตไอซ์”



ซึ่งเป็นอันตรายอย่างมาก “พอตเค” และ “พอตไอซ์” คือ บุหรี่ไฟฟ้าที่มีการแอบผสมสารเสพติด เช่น ยาเค (เคตามีน) หรือยาบ้า (เมทแอมเฟตามีน) ลงไปในน้ำยา เพื่อให้ผู้สูบบุหรี่รู้สึกเคลิ้ม มีน หรือมีอาการหลอนโดยไม่รู้ตัว สารเหล่านี้มีผลต่อสมองและระบบประสาท ทำให้เกิดอันตรายรุนแรงต่อร่างกาย และอาจนำไปสู่การเสพติดในระยะยาว นอกจากทำลายสุขภาพแล้ว ยังเป็นความผิดตามประมวลกฎหมายยาเสพติด โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นที่อาจถูกชักชวนโดยไม่รู้เท่าทัน



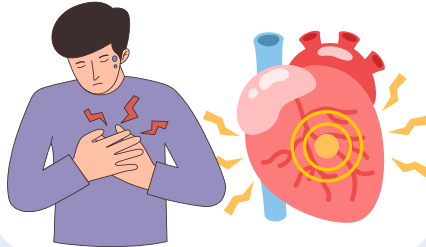


ผลกระทบต่อสุขภาพจากบุหรี่ไฟฟ้ามีหลากหลาย เช่น

ความดันโลหิตสูง



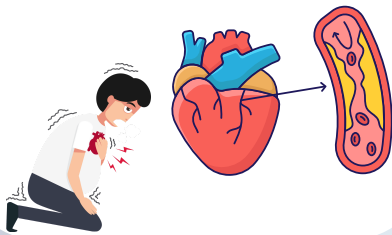
หัวใจเต้นเร็ว



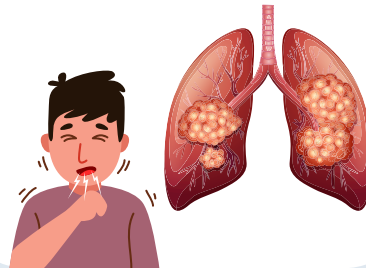
หลอดเลือดตีบ



เพิ่มความเสี่ยงต่อ
โรคหัวใจและหลอดเลือด



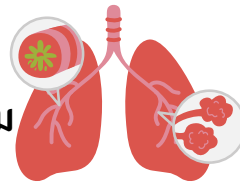
โรคมะเร็งปอด



ไอระเหยจากบุหรี่ไฟฟ้ายังทำให้เกิดโรคปอดอักเสบจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้า (E-cigarette or Vaping product use-Associated Lung Injury: EVALI)

ซึ่งมีรายงานถึงขั้นเสียชีวิต

นอกจากนี้ ไอจากบุหรี่ไฟฟ้ายังเป็นอันตรายต่อผู้ที่อยู่ใกล้เคียง โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคปอดอยู่เดิม เช่น โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคหืด เป็นต้น



แม้จะมีความเข้าใจว่าบุหรี่ไฟฟ้าช่วยเลิกบุหรี่ได้ แต่ข้อมูลทางการแพทย์ชี้ว่าไม่จริง บุหรี่ไฟฟ้ามีนิโคตินแบบสังเคราะห์ที่ดูดซึมได้เร็วกว่าเดิม ทำให้เสพติดง่ายขึ้น และผู้ใช้มักสูบบุหรี่ควบคู่กับบุหรี่มวน ส่งผลให้ได้รับสารพิษมากขึ้นกว่าเดิม

แพทย์และนักวิชาการด้านสาธารณสุขจึงไม่แนะนำให้ใช้บุหรี่ไฟฟ้าในการเลิกบุหรี่ โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนที่อ่อนไหวต่อการตลาด การโฆษณา และภาพลักษณ์ของอุปกรณ์ที่ดูทันสมัย ควรหลีกเลี่ยงการทดลองใช้ และหันมาใช้วิธีเลิกบุหรี่ที่ปลอดภัยและมีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์รองรับแทน

