



# บุหรี่ไฟฟ้า ดีกว่า บุหรี่ จริงหรือ ?

บทความโดย พลอากาศโท นายแพทย์ อนุตตร จิตตินันท์  
ประธานราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย



แพทยสภา



The Medical Council of Thailand



# บุหรี่ไฟฟ้า ดีกว่า บุหรี่.....จริงหรือ?

**ข**ณะที่บ้านเรามีความพยายามให้มีการซื้อขายบุหรี่ไฟฟ้าอย่างถูกกฎหมาย เพราะเห็นว่าหลายประเทศมีการใช้กัน และคิดว่าบุหรี่ไฟฟ้าอาจมีประโยชน์สำหรับคนที่สูบบุหรี่ หากใช้ทดแทนเพื่อเลิกบุหรี่และผลิตภัณฑ์ยาสูบอื่นๆ **ความจริงแล้วเป็นเพียงการเปลี่ยนจากใช้ยาสูบมาเป็นบุหรี่ไฟฟ้าแทนเท่านั้น** วันนี้ไขปัญหาเกี่ยวกับแพทย์ โดยราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย จะมาเล่าเรื่อง **บุหรี่ไฟฟ้า** ให้ทุกท่านทราบ



ภาพประกอบจาก <https://bit.ly/3BMj9w5>

**บุหรี่ไฟฟ้าไม่ปลอดภัย** โดยเฉพาะกับเยาวชน คนวัยหนุ่มสาว หญิงตั้งครรภ์ บุหรี่ไฟฟ้ายังผลิตให้มีกลิ่นรสที่ใช้ได้ง่าย และส่วนใหญ่มีนิโคตินเป็นส่วนผสมซึ่งทำให้ผู้ใช้ติดได้ง่าย จึงทำให้ผู้ที่ไม่เคยสูบบุหรี่มาก่อน ติดบุหรี่ไฟฟ้าได้ง่ายกว่า

บุหรี่

บุหรี่ไฟฟ้า

ถึงแม้ดูเหมือนว่าบุหรี่ไฟฟ้าอาจมีผลเสียต่อสุขภาพน้อยกว่าบุหรี่ทั่วไป แต่ก็ยังคงมีอันตรายต่อสุขภาพ และยังต้องมีการศึกษาเพิ่มเติมว่าบุหรี่ไฟฟ้ามีประสิทธิภาพในการช่วยให้คนเลิกสูบบุหรี่ได้จริงหรือไม่ เนื่องจากการศึกษาที่ผ่านมายังไม่ชัดเจนว่า บุหรี่ไฟฟ้าช่วยทำให้เลิกบุหรี่ได้จริง หลายการศึกษากลับพบว่า **ผู้ที่เคยสูบบุหรี่แล้วใช้บุหรี่ไฟฟ้ากลับไม่เลิกบุหรี่** แต่ใช้ร่วมกันทั้งบุหรี่กับบุหรี่ไฟฟ้า และที่สำคัญยังขาดข้อมูลผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาวของบุหรี่ไฟฟ้าด้วย

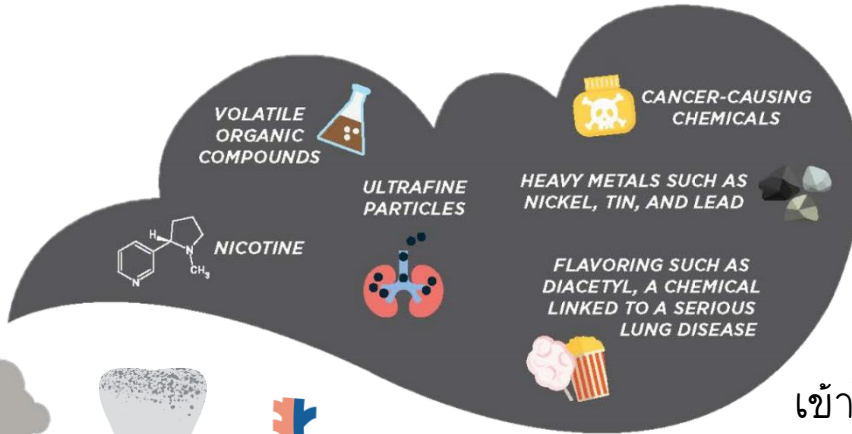




# บุหรี่ไฟฟ้า ดีกว่า บุหรี่.....จริงหรือ?



VS



บุหรี่ไฟฟ้ามีสารที่เป็นอันตราย  
ที่ผู้ใช้ได้รับ ได้แก่ นิโคติน  
ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการ  
เกิดโรคหัวใจและยังมีอนุภาค  
ขนาดเล็กมากที่สามารถหายใจ  
เข้าไปในปอดได้ มีสารปรุงแต่งกลิ่น  
เช่น ไดอะซีทิล ซึ่งเป็นสารเคมีที่เชื่อมโยง  
กับโรคปอดร้ายแรงมีสารประกอบอินทรีย์ระเหยง่าย  
มีสารเคมีที่ก่อให้เกิดมะเร็ง และมีโลหะหนัก เช่น  
นิกเกิล ดีบุก และตะกั่วอยู่ด้วย โดยส่วนใหญ่  
ผู้บริโภคจะไม่ทราบว่าผลิตภัณฑ์บุหรี่ไฟฟ้า  
มีอะไรเป็นส่วนประกอบบ้าง ตัวอย่างเช่น  
บุหรี่ไฟฟ้าที่วางขายในท้องตลาดบางตัว  
มีนิโคตินเป็นศูนย์ แต่ความจริงพบว่า มีนิโคติน

หลังจากที่สหรัฐอเมริกาให้มีการใช้  
บุหรี่ไฟฟ้าได้ พบว่ามีเด็กและวัยรุ่นใช้  
บุหรี่ไฟฟ้าเพิ่มขึ้นอย่างมาก ซึ่งส่วน  
ใหญ่เป็นกลุ่มที่ไม่เคยสูบบุหรี่มาก่อน  
ศูนย์ควบคุมโรค (CDC) และองค์การ  
อาหารและยา (FDA) ของสหรัฐอเมริกา  
แสดงความเป็นห่วงต่อสุขภาพใน  
อนาคตของเด็กและวัยรุ่นในเรื่องนี้

