

**หมอใหญ่กรุงเก่า : “ชวนชาวกรุงเก่างดสูบบุหรี่ ห่างไกลโรค”**

นายพีระ อารีรัตน์ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวว่า การสูบบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของการป่วยและเสียชีวิตก่อนวัยอันควรที่สามารถป้องกันได้ ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้ให้ความสำคัญและ**กำหนดให้วันที่ 31 พฤษภาคม ของทุกปีเป็น “วันงดสูบบุหรี่โลก”**

การสูบบุหรี่ถือเป็นการทำลายสุขภาพทั้งต่อผู้สูบเอง และผู้อยู่ใกล้ชิดหรือผู้สูบบุหรี่มือสอง  
ที่สูดเอาอากาศที่มีควันบุหรี่เข้าไป เพราะควันบุหรี่ประกอบด้วยสารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ และมีสาร  
ก่อมะเร็งไม่ต่ำกว่า 60 ชนิด โดยเฉพาะ **คาร์บอนมอนอกไซด์** ทำให้เม็ดเลือดแดงไม่สามารถจับออกซิเจนได้เท่ากับเวลาปกติ หากได้รับจะทำให้เกิดการขาดออกซิเจน ทำให้มึนงง ตัดสินใจช้า เหนื่อยง่าย ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของโรคหัวใจ **นิโคติน** เป็นสารระเหยในควันบุหรี่มีฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง มีผลต่อต่อมหมวกไต  
ทำให้เกิดการหลั่งอิพิเนฟริน ส่งผลให้ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจเต้นเร็วกว่าปกติและไม่เป็นจังหวะ   
หลอดเลือดที่แขนและขาหดตัว เพิ่มไขมันในเลือด **ทาร์หรือน้ำมันดิน** เป็นคราบมันข้นเหนียว สีน้ำตาลแก่ เกิดจากการเผาไหม้ของกระดาษและใบยาสูบ เป็นสารก่อมะเร็งต่างๆ เช่น มะเร็งปอด, กล่องเสียง, หลอดลม, หลอดอาหาร, ไต, กระเพาะปัสสาวะ ร้อยละ 50 ของน้ำมันดินหรือทาร์จะไปจับที่ปอดเกิดการระคายเคือง  
ทำให้ไอเรื้อรังมีเสมหะ จนในที่สุดถุงลมปอดโป่งพอง ไม่สามารถหดตัวกลับได้ มีผลทำให้ปอดไม่สามารถแลกเปลี่ยนก๊าซออกซิเจนได้มากเท่าเดิม จึงทำให้หายใจขัด หอบ หากเป็นเรื้อรังอาจทำให้ถึงแก่ความตายได้ นพ.พีระ อารีรัตน์ กล่าวต่อว่า **การสูบบุหรี่นอกจากจะเป็นอันตรายต่อผู้สูบเองแล้วยังเป็นอันตรายต่อผู้ใกล้ชิด หากเด็กได้รับควันบุหรี่จะป่วยเป็นโรคหลอดลมอักเสบ ปอดบวม หอบหืด หูชั้นนอกอักเสบ  
เพิ่มมากขึ้น** หากหญิงมีครรภ์ได้รับควันบุหรี่จะทำให้น้ำหนักตัวเพิ่มน้อยกว่าปกติ รวมทั้งมีโอกาสแท้ง   
หรือคลอดก่อนกำหนด อีกทั้งยังส่งผลต่อทารกในครรภ์ที่อาจทำให้สมอง มีพัฒนาการช้ากว่าปกติ   
มีความผิดปกติทางระบบประสาทและระบบความจำ ขณะที่คู่สมรสของผู้สูบบุหรี่มีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคมะเร็งปอดมากกว่าคู่สมรสที่ไม่สูบบุหรี่ถึง 2 เท่า และมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคหัวใจ 3 เท่า รวมทั้ง  
มีโอกาสเสียชีวิตเร็วกว่าคนทั่วไปถึง 4 ปี **…ฉะนั้นเราลองหันมาเลิกสูบบุหรี่กันดีกว่าเพื่อสุขภาพของคุณเองรวมทั้งคนที่คุณรักด้วย**….

**งานประชาสัมพันธ์ กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โทร ๐ ๓๕๒๔ ๑๕๒๐ ต่อ ๑๑๐**

**งานประชาสัมพันธ์ กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โทร ๐ – ๓๕๒๔ - ๑๕๒๐ ต่อ ๑๑๐**

**งานประชาสัมพันธ์ กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โทร ๐ – ๓๕๒๔ - ๑๕๒๐ ต่อ ๑๑๐**