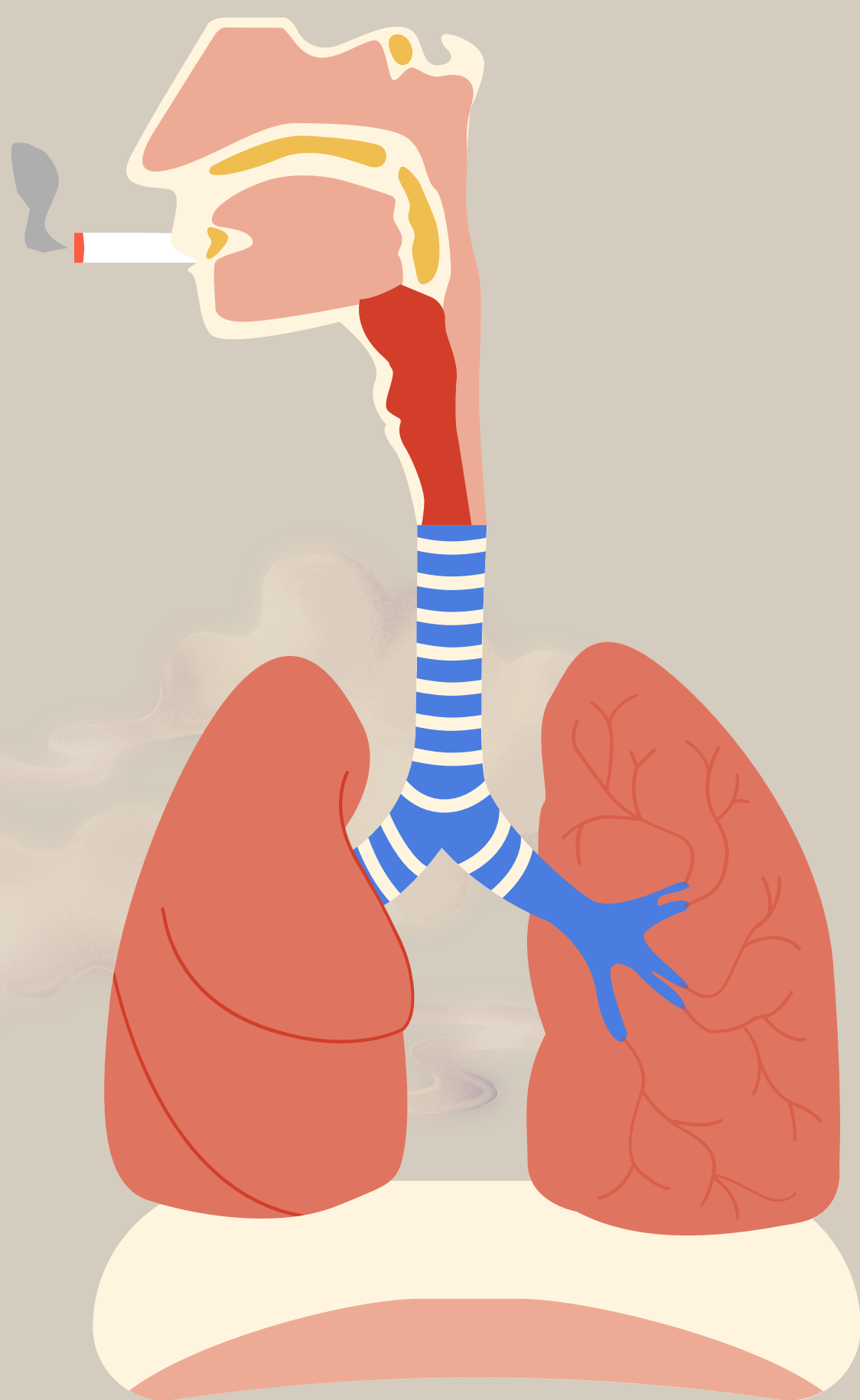


# กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม องค์การบริหารส่วนตำบลท่าใหญ่

## โทษของ “บุหรี่”



การสูบบุหรี่ทำลายสุขภาพอย่างรุนแรง โดยมีสารพิษกว่า 7,000 ชนิด ทำลายระบบทางเดินหายใจและปอดทำให้เกิดมะเร็งปอดและถุงลมโป่งพอง เพิ่มความเสี่ยงโรคหัวใจ หลอดเลือดสมอง และมะเร็งหลายชนิด ส่งผลต่อสมรรถภาพทางเพศ ความงาม (ผิวเหี่ยว, ฟันดำ) และเสียค่าใช้จ่ายสูง การสูบบุหรี่ 1 มวนทำให้อายุสั้นลง 7 นาที

ข้อเสียหลักของการสูบบุหรี่จำแนกตามระบบต่างๆ:

- ระบบทางเดินหายใจและปอด : เป็นสาเหตุหลักของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD), ถุงลมโป่งพอง, หลอดลมอักเสบเรื้อรัง, และเพิ่มความเสี่ยง [มะเร็งปอด] สูงกว่าคนทั่วไป
- ระบบหัวใจและหลอดเลือด : นิโคตินทำให้อัตราการเต้นหัวใจเร็วขึ้น ความดันโลหิตสูงขึ้น และหลอดเลือดหดตัว เสี่ยงต่อโรคหัวใจขาดเลือดและโรคหลอดเลือดสมอง
- โรคมะเร็ง : สารก่อมะเร็งในควันบุหรี่ทำให้อวัยวะต่างๆ เสี่ยงต่อการเกิดมะเร็ง เช่น มะเร็งหลอดอาหาร มะเร็งกระเพาะอาหาร มะเร็งลำไส้ใหญ่ และมะเร็งตับ
- สุขภาพช่องปากและร่างกายส่วนอื่นๆ : กลิ่นปาก, คราบฟัน, โรคเหงือก, มะเร็งช่องปาก, โรคกระดูกพรุน, เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ, และผิวหนังเหี่ยวเร็วกว่าวัย
- ผลกระทบต่อผู้อื่น (ควันบุหรี่มือสอง) : คนรอบข้างที่สูดดมควันบุหรี่มีความเสี่ยงโรคปอดและหัวใจเช่นกัน รวมถึงเสี่ยงต่อการติดเชื้อทางเดินหายใจรุนแรง
- ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ : เสียเงินค่าบุหรี่ต่อเนื่องตลอดชีวิต