

ใบปลิว

นพ.บุญชัย ธีระกาญจน์

ใบปลิว เป็นเอกสารเฉพาะกิจไม่มีวาระการออกที่แน่นอน

ขึ้นอยู่กับโอกาสต่างๆ ทั้งโอกาสของเหตุการณ์ กิจกรรม และ โอกาสของผู้เขียน เนื้อหาจึงไม่แน่นอน มีลักษณะเป็นนานาสาระ โดยมุ่งเน้นเพื่อประโยชน์ของท่านผู้อ่านเป็นหลัก ท่านที่สนใจ กรุณาติดตามได้จาก สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู ใบปลิว หมายเลข ๐๑๒ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู ใบปลิว หมายเลข ๐๑๒
ใบปลิว หมายเลข ๐๑๒ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู ใบปลิว หมายเลข ๐๑๒ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู

นักสูบบุหรี่มือสอง Secondhand Smoker

มือสอง (Secondhand) หมายถึง ของใช้แล้ว ของที่เคยผ่านมือ หรือผ่านการใช้จากผู้อื่นมาแล้ว เช่น รถยนต์มือสอง ก็คือรถยนต์เก่าที่เคยมีคนเป็นเจ้าของมาแล้ว แล้วเราไปซื้อต่อมาใช้ ทั้งๆที่ในข้อเท็จจริงอาจจะเป็น มือสาม มือสี่ หรือมือห้า แต่ก็ยังเรียกว่า มือสองอยู่นั่นเอง และ จากความจำเป็นในภาวะเศรษฐกิจ ของใช้ในปัจจุบันมากมาย จึงเป็นของใช้มือสอง ไม่ว่าจะเป็นเครื่องไฟฟ้า บ้าน รถ แม้กระทั่ง เสื้อผ้าก็ยังมีมือสอง ที่ไม่เคยเห็นมีมือสอง ก็ ไม่จิ้มฟันมือสอง กับ แปรงสีฟันมือสองนี้แหละ เพราะรู้สึกจะทำให้ใช้ยากสักหน่อย

แล้วนักสูบบุหรี่มือสองละเป็นอย่างไร

นักสูบบุหรี่มือสอง ก็คือ ผู้ที่สูบ **ควันมือสอง (Secondhand Smoke)** นั่นเอง

ควันมือสอง ก็คือควันบุหรี่ที่นักสูบบุหรี่มือหนึ่ง ปลอ่ยออกมา มีความต่างกับของมือสองอื่นๆตรงที่ ควันมือสองไม่ใช่สิ่งที่คุณสูบบุหรี่ โหยหา ต้องการ นักสูบบุหรี่มือสองไม่ได้ ยากจนขั้นแค่นชนิดที่ ไม่มีปัญหาหาซื้อบุหรี่มาสูบ ต้องไปคอยสูดควันเก่าๆ จากมือหนึ่ง แต่ที่ต้องจำใจสูบเป็นมือสองอยู่ทุกวันนี้ ก็เพราะโดนบังคับ ช่มชืด เรียกว่า จำใจยอม ต่างหาก

ที่แตกต่างอีกอย่างก็ได้แก่ ควันมือสอง หาได้ง่าย ทั่วๆไป ไม่ต้องรอดิตประกาศขาย หรือ เปิดท้ายขาย-ของ แต่อย่างใด

ถ้าเราสังเกตดูจะเห็นว่า นักสูบบุหรี่มือหนึ่ง เป็นผู้ที่ ช่มชืดใจนักสูบบุหรี่มือสอง ด้วยถือว่าตนเองเหนือกว่า ไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง เช่น เป็นลูก เป็นสามี เป็นภรรยา เป็น ผู้ใต้บังคับบัญชา หรือเป็นบุคคลทั่วไปในที่สาธารณะ เป็นผู้ที่ไม่กล้าท้วงติง นั่นเอง

เราจะไม่เห็นนักสูบบุหรี่มือหนึ่งกัฟพอที่จะสูบบุหรี่ต่อหน้าผู้ที่เหนือกว่า เช่น พ่อ แม่ หรือผู้บังคับบัญชาเว้นแต่เป็นพวกมือหนึ่งด้วยกัน

ควันมือสองมีอันตรายมากน้อยแค่ไหน

ควันมือสองคือส่วนผสมระหว่างควันที่เกิดจากการจุด บุหรี่ (ไปป์ หรือ ซิการ์ ก็ใช้ทั้งนั้นแหละนา) รวมกับควันที่ผู้สูบบุหรี่พ่นออกมาจากปอดของตน

มีข้อมูลที่ควรรู้ว่า **ควันที่เกิดจากการเผาไหม้บุหรื โดยตรง ซึ่งกระจายอยู่ในสิ่งแวดล้อมนั้น มีอันตรายมากกว่า ควันที่ผู้สูบสูดแล้วพ่นออกมา**

จากการศึกษาพบว่า ควันบุหรืมือสองประกอบไปด้วยสารเคมีไม่ต่ำกว่า 4000 ชนิด (พิมพีไม่ผิดหรอกครับ ลี พันชนิด) ซึ่งในจำนวนนั้น มีประมาณ 200 ชนิดที่รู้จักกันดีว่าเป็นสารอันตราย เช่น เบนซิน คาร์บอนมอน-น็อกไซด์ พอร์มัลดีไฮด์ ทาร์ นิโคติน และมากกว่า 40 ชนิดที่เป็นสารก่อมะเร็ง

ควันบุหรืมือสอง เป็นสาเหตุสำคัญของ **การไหลตายในทารก (Sudden Infant Death Syndrome)** หลายนานอาจจะท้วงว่าลูกท่านไม่เห็นเป็นไรเลย ไม่แฉะหรอกครับ อาจจะคืนนี้ก็ได้ ลองพยายามอีกสักนิด

ควันบุหรืมือสอง ระคายเคืองต่อ ตา เยื่อบุจมูก คอ ปอด เป็นสาเหตุสำคัญของ การไอ การเจ็บหน้าอก และอาการของโรคหัวใจ ในเด็กทารกอาจเป็นสาเหตุให้เกิด ปอดบวม หลอดลมอักเสบ การติดเชื้อในหู และเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดอาการหอบหืด

นักสูบบุหรี่มือหนึ่งรู้ถึงอันตรายเหล่านี้หรือไม่

ทำไมจะไม่รู้ เราจะเห็นว่า มือหนึ่ง จะป้องกันตนเองเต็มที่ด้วยการใช้บุหรี่กันกรองหรือใช้เครื่องกรองควันบุหรี่ โดยไม่คำนึงถึงควันมือสองเลยสักนิด และที่แย่งยิ่งกว่าก็คือ **นักสูบบุหรี่มือสอง** มักจะต้องทนสูบควันจากมือหนึ่งพร้อมกันทีเดียวหลายคน

สำหรับนักสูบบุหรี่มือสอง

เราเข้าใจดีว่าท่านเป็นผู้ที่อ่อนแอกว่า ต่ำต้อยกว่า เราไม่เรียกร้องให้ท่านไปอ้อนวอน ร้องขอ ต่อนักสูบบุหรี่มือหนึ่งทั้งหลายให้ปราณีต่อท่าน เหมือนที่หลายๆคนพยายามจะทำให้ เพราะมันไม่มีทางสำเร็จ

เพียงแต่ต้องการให้ท่าน ได้รู้จักพิษภัยอันตรายของ **ควันมือสอง** ว่ามากกว่าที่ท่านคิดมากมาย และกรุณาหาทางหลบหลีกเอาเอง

สำหรับนักสูบบุหรี่มือหนึ่ง

เราไม่เรียกร้องให้ท่าน ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ อยากรู้ให้ท่านสูบ ๆ ๆ ๆ ๆ ๆ ๆ จนวนาระสุดท้ายของท่าน เพราะว่ามันเป็นสิทธิของท่าน

แต่ท่านจะอย่างไรกับควันมือสองที่ท่านปล่อยออกมา

หรือท่านเห็นว่า เขาเหล่านั้น ช่มได้ เป็นลูกไล่ ที่ท่านไม่ต้องเกรงใจ ไม่ต้องเห็นอกเห็นใจ แม้ว่าเขาจะเป็น ลูก ก ภรรยาสามี หรือผู้ได้บังคับบัญชา

ท่านจะไม่กล้ำสูบก็ต่อเมื่อ ผู้ที่อยู่ต่อหน้าท่าน เหนือกว่าท่านเท่านั้น

เราคงเข้าใจไม่ผิดที่คิดว่า **ท่านก็กล้าเฉพาะกับคนที่ ไม่มีทางสู้ เท่านั้นเอง**

อ้างอิง

<http://www.epa.gov>

<http://www.calepa.cahwnet.gov>

<http://www.alaw>