

โรคร้ายที่มาพร้อมควันบุหรี่

ในแต่ละปี มีผู้คนทั่วโลกเสียชีวิตจากควันบุหรี่มือสองมากถึง 1 ล้านคนโดยประมาณ โดยโรคที่มีความรุนแรงถึงชีวิตนี้ ได้แก่

- โรคมะเร็ง ควันบุหรี่สามารถทำให้เกิดโรคมะเร็งหลายระบบ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง [มะเร็งปอด](#)
นอกจากนี้เบนซินในควันบุหรี่มือสองยังเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวอีกด้วย
- โรคหัวใจ ควันบุหรี่มือสองทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของระบบหลอดเลือดและระบบการไหลเวียนของเลือด
ซึ่งเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจและ [ภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน](#)
- โรคปอด
สารเคมีและแก๊สในควันบุหรี่มือสองก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อเยื่อปอดและถุงลมจนนำไปสู่การอักเสบเรื้อรังและทำให้ปอดเสื่อมสมรรถภาพ
เป็นสาเหตุสำคัญของกลุ่ม [โรคหลอดลมอุดกั้นเรื้อรัง \(Chronic Obstructive Pulmonary Disease หรือ COPD\)](#) เช่น โรคถุงลมโป่งพอง [โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง](#) [โรคหืด](#)
[และโรคหลอดลมโป่งพอง](#)

สารพิษในควันบุหรี่เป็นอันตรายกับทุกคน แต่เด็กๆ มีความเสี่ยงที่จะได้รับอันตรายมากกว่าผู้ใหญ่
เนื่องจากเด็กมีน้ำหนักน้อยแต่มีอัตราการเผาผลาญอาหารสูงกว่าและหายใจเร็วกว่า นอกจากนี้ เด็กยังอยู่ในช่วงวัยที่เนื้อเยื่อต่างๆ กำลังพัฒนา
เมื่อได้รับสารพิษในปริมาณเท่ากัน สารเหล่านี้ก็จะเข้าสู่ร่างกายและก่อให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะของเด็กได้ง่ายและมากกว่าผู้ใหญ่
สำหรับปัญหาสุขภาพที่เด็กๆ ต้องเผชิญ เช่น

- น้ำหนักแรกเกิดน้อย
การสัมผัสกับควันบุรืระหว่างตั้งครรภ์เพิ่มความเสี่ยงต่อการที่ทารกในครรภ์จะคลอดออกมาด้วยน้ำหนักแรกเกิดต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน
- โรคการเสียชีวิตเฉียบพลันในเด็กทารก (Sudden infant death syndrome หรือ SIDS) คือภาวะที่ทารกเสียชีวิตเฉียบพลันโดยไม่พบสาเหตุที่แน่ชัด
ซึ่งเด็กอายุต่ำกว่า 1 ขวบที่ต้องอยู่ใกล้ๆ กับผู้ที่สูบบุหรี่มีความเสี่ยงต่อโรคมามากกว่าเด็กที่ไม่ได้สัมผัสควันบุหรี่
- โรคหืดและโรคระบบทางเดินหายใจอื่นๆ เป็นกลุ่มโรคที่พบบ่อยในเด็กที่ต้องสูดดมควันบุหรือยู่เสมอ
- การติดเชื้อ เด็กทารกที่เกิดจากพ่อแม่ที่สูบบุหรี่มักเสี่ยงต่อการเป็นโรคหลอดลมอักเสบและ [ปอดอักเสบ](#) มากกว่าเด็กทั่วไปโดยเฉพาะในช่วงขวบปีแ



ควันบุหรี่ ควันพิษที่เบียดเบียนต่อเด็ก และสิ่งแวดล้อม

บ้านควรเป็นที่ปลอดภัยสำหรับสมาชิกในครอบครัว เพื่อสุขภาพที่ดี ไม่สูบบุหรี่ในบ้าน ไม่สูบบุหรี่ในที่สาธารณะ และงดสูบบุหรี่ในที่สาธารณะ เนื่องจากมีโอกาสเกิดโรคแทรกซ้อนระหว่างตั้งครรภ์ และเสี่ยงทารกแรกเกิดน้ำหนักตัวน้อย คลอดก่อนกำหนด และเกิดอาการไหลตายในเด็กสูง

ควันบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของโรค...



ระบบทางเดินหายใจ



โรคปอดเรื้อรัง



โรคหัวใจ



ทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อย



โรคมะเร็ง



โรคแทรกซ้อนระหว่างตั้งครรภ์

วิธีป้องกันลูกจากควันบุหรี่



เมื่อต้องออกไปข้างนอก
ควรสวมหน้ากากอนามัยหรือผ้าปิดจมูกไปทุกครั้ง



ไม่สูบบุหรี่ในบ้าน
ไม่สูบบุหรี่ใกล้เด็กหรือคนท้อง



พ่อแม่และสมาชิกในครอบครัว
ควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่เด็ก

จากข้อมูลพบว่าเด็กที่อายุต่ำกว่า 5 ปี มักเจ็บป่วยด้วยโรคทางเดินหายใจ หากสมาชิกในบ้านสูบบุหรี่ จึงขอเชิญชวนพ่อแม่ และผู้ปกครองร่วมกันทำ "บ้านปลอดบุหรี่" เพื่อปกป้องสุขภาพให้แก่ลูกหลานของเรา





สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

Content : นพ.พิเศษ บุญ ปิยะนา วัฒนา
รองผู้อำนวยการสำนักแพทย์
Design : พระชาลัมภ์ ธีระการสิทธิ์
Credit Picture : www.pngtree.com