

# ทต.ทุ่งข้าวพวง ประชาสัมพันธ์

## เรื่อง **อันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า** 19-05-2568

### บุหรี่ไฟฟ้า อันตราย กว่าที่คิด!

“ บุหรี่ไฟฟ้า ไม่ใช่ทางเลือกที่ปลอดภัย แต่คือภัยร้าย...ที่แฝงมาอย่างเงียบ ๆ ”



#### โทษและพิษภัยของบุหรี่ไฟฟ้า



##### ทำลายปอด

ไม่ทราบผลแน่ชัดว่าทำลายปอดอย่างไร แต่พบผลเสียของสารนิโคตินทางอ้อมทางอ้อม



##### กระทบสมอง

มีงานวิจัยพบว่าการสูบบุหรี่ไฟฟ้าทำให้อายุขัยสั้นลง ความจำลดลง สมองฝ่อปรองปรอง และเสี่ยงต่อการเป็นซึมเศร้า



##### เพิ่มความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด

ทำให้ความดันโลหิตสูง หัวใจเต้นเร็ว เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด



##### สารพิษอันตรายมากกว่า 2,000 ชนิด

รวมถึงสารก่อมะเร็ง โทซอคา และสารเคมีที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย แม้ไม่มีกลิ่นควันก็ยังมีพิษอันตราย



##### เสี่ยงระเบิดไฟไหม้

แบตเตอรี่คุณภาพต่ำ อาจเกิดการระเบิดขณะชาร์จหรือใช้ไฟจนสร้างความเสียหายถึงชีวิตได้

#### อันตรายมากขึ้น หากเริ่มตั้งแต่อายุน้อย

- ✗ เมล็ดนิโคตินผ่านและรวดเร็ว
- ✗ กระบวนการเจริญเติบโตของสมอง
- ✗ ผลการเรียนรู้ลดลง
- ✗ เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติดชนิดอื่นในอนาคต



#### ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า

- ผิด** โดไม่สูดดมยา: โดมีสารเคมีและนิโคตินอันตรายเมื่อเปิดและใช้งาน
- ผิด** ธรรมดาไม่ทำให้อ้วน: โดมีไขมันอิ่มตัวและเชื่อมกับโปรตีนบุหรี่ซึ่ง
- ผิด** ไม่มีควัน = ปลอดภัย: ไม่มีควันไม่ได้หมายความว่าปลอดภัยเพราะสารพิษยังคงมีอยู่

### ปกป้องตัวเอง จากภัยบุหรี่ไฟฟ้า

เลือกอนาคตที่ดีกว่า...เริ่มต้นที่ตัวเรา

- ✔ ไม่ลอง - ไม่เสพ - ไม่ส่งชวนเพื่อน
- ✔ บอกผู้ใหญ่อย่างอื่นได้
- ✔ หากสงสัยหรือเจอปัญหาปรึกษาผู้ใหญ่ที่ไว้ใจ

#### ขอความช่วยเหลือได้ที่

สายด่วนเลิกบุหรี่ **1600**  
หรือแอดไลน์ @quitline1600

บุหรี่ไฟฟ้า = ภัยร้าย อย่าคิดสอง อย่าปล่อยให้อาาคตพังเพราะควันจาง ๆ