

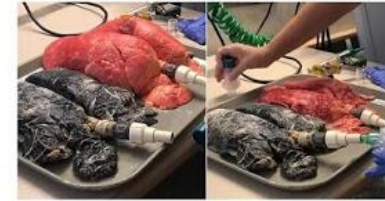
ส่วนประกอบ ของบุหรี่

เป็นสิ่งเสพติดอย่างอ่อนที่ถูกต้องตามกฎหมายของประเทศ ซึ่งทำรายได้แก่ผู้ผลิตและรัฐบาลจำนวนมาก แต่บุหรี่ถือว่าเป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เกิดโรคร้ายแรงหลายอย่างของระบบทางเดินหายใจ หัวใจ และระบบหมุนเวียนโลหิตพิษของบุหรี่ เป็นฤทธิ์ผสม ของสารพิษต่างๆในควันควันบุหรี่ที่สูดดมเข้าทางปาก และ จมูก คนที่ติดบุหรี่ที่โอกาสเป็นมะเร็งที่ปอด ปาก หลอดลมกระเพาะปัสสาวะหรือที่ตับอ่อนเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ มากกว่าคนที่ไม่สูบบุหรี่และอาจมีอันตรายต่อทารกในครรภ์ และผู้ ที่อยู่อาศัยในบริเวณใกล้เคียงด้วย



นิโคติน
ทาร์

คาร์บอนมอนอกไซด์
ไฮโดรเจนไซยาไนด์
ไนโตรเจนไดออกไซด์
แอมโมเนีย
ไนโตรเจนออกไซด์
ไซนาไมด์



บุหรี่มีส่วนประกอบแยกได้เป็นตัวบุหรี่และควันบุหรี่โดยที่ตัวบุหรี่ยังมีส่วนประกอบดังนี้

1. กระดาษที่ใช้มวนบุหรี่ ส่วนใหญ่เป็นพวกเซลลูโลส
2. ใบยาสูบที่ใช้ทำบุหรี่ย มีนิโคตินประมาณ 20 มิลลิกรัม ส่วนใบยาที่ทำยาสูบกลอง มีนิโคติน ประมาณ 25 มิลลิกรัม และในซิการ์มีสูงถึง 100 มิลลิกรัม
3. สารประกอบอื่น ๆ เช่นน้ำตาล แป้ง ไขมัน โปรตีน ฟีนอล กรดไขมัน และแร่ธาตุต่าง ๆ ที่มีอยู่ในดินที่ใช้เพาะปลูกต้นยา

โทษของบุหรี่ ที่มีต่อตัวผู้สูบ

- เสี่ยงตาบอดถาวร
- เสี่ยงมะเร็งกระเพาะปัสสาวะ
- เสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด
- เสี่ยงโรกระบบทางเดินอาหาร
- เสี่ยงหลอดเลือดสมองตีบ
- เสี่ยงถุงลมโป่งพอง
- เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ
- เสี่ยงแท้งลูก
- ส่งผลกระทบต่อทางร่างกาย



การรณรงค์ต่อต้านการสูบบุหรี่

โทษของบุหรี่ ที่มีต่อคนรอบข้าง

คนรอบข้างไม่ได้สูบบุหรี่ก็มีสิทธิเป็นโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ได้เช่นกัน หากอยู่ในสภาวะแวดล้อมที่มีควันบุหรี่มาก เราเรียกบุคคลที่ได้รับบุหรี่โดยที่ไม่ได้สูบลว่า บุหรี่มือสอง

- เสี่ยงโรคหอบหืด
- ทำลายสุขภาพทารกในครรภ์
- เสี่ยงเป็นโรคมะเร็งปอดได้ถึง 2 เท่า
- ทำให้เด็กมีพัฒนาการทางสมองช้ากว่าปกติ

จากอันตรายและโทษของบุหรี่ที่กล่าวมา หลายหน่วยงานจึงมีการรณรงค์ให้ประชาชนรับรู้และเข้าใจโทษของบุหรี่มากขึ้น แต่ก็ยังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ขณะที่ต่างประเทศเริ่มมีการออกกฎหมายเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะอย่างเข้มงวด เช่น บางรัฐในสหรัฐอเมริกา มีกฎหมายห้ามสูบบุหรี่บนรถเมล์ รถไฟและรถใต้ดินซึ่งส่วนใหญ่เป็นบริการ ของรัฐ หรือเมืองนิวยอร์กเพิ่งออกกฎหมายใหม่ห้ามสูบบุหรี่บนแท็กซี่ในทุกกรณีเพราะควันบุหรี่จะยังคงอยู่ในรถเมื่อผู้โดยสารขึ้นรถมาอาจทำให้ได้รับควันบุหรี่เหล่านั้นได้

การเลิกสูบบุหรี่แม้เป็นเรื่องที่ยาก แต่ก็มีหลายคนที่ทำให้สำเร็จซึ่งหลังจากเลิกบุหรี่ได้แล้ว ก็ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงขึ้นอย่างชัดเจนโดยปัจจัยหลักที่สำคัญที่สุดที่ทำให้คนเหล่านี้สามารถเลิกบุหรี่ได้คือ ความมุ่งมั่นตั้งใจ ที่จะลด ละ เลิกสูบบุหรี่เพื่อตัวเองและคนที่รัก



บุหรี่



