

สู่เป้าหมาย บ้าน ที่ทำงานและสถานที่สาธารณะปลอดบุหรี่

ศ.นพ.ประกิต วาทีสาธกกิจ

17 มีนาคม 2549

หน่วยงานต่าง ๆ ที่ทำงานเกี่ยวกับการควบคุมยาสูบของไทย ได้มีมติและวางแผนร่วมกันว่า ประเด็นหลักที่จะร่วมกันรณรงค์ในปีนี้เป็นปีนี้ คือ “อันตรายจากการสูบบุหรี่มือสอง” เพื่อสนับสนุนกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะตามที่กฎหมายกำหนด และสร้างค่านิยมใหม่ให้คนไทยที่ยังเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้ ไม่สูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะ

เจตนารมณ์ของการมีกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะก็เพื่อเป็นการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ จากการได้รับควันบุหรี่ที่ผู้อื่นสูบหรือที่เรียกว่า “การสูบบุหรี่มือสอง” นั่นเอง

ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทยแห่งลอนดอนได้จัดพิมพ์หนังสือเกี่ยวกับการทำให้บ้าน ที่ทำงาน และสถานที่สาธารณะปลอดบุหรี่ไว้เมื่อ พ.ศ.2548 จากการรวบรวมงานวิจัยที่มีผู้ศึกษาไว้ทั้งหมด ขอนำบางส่วนมาเสนอไว้ดังนี้

ควันบุหรี่ในบรรยากาศหรือควันบุหรี่มือสองเป็นควันบุหรี่ที่ลอยลอยอยู่ในบรรยากาศซึ่งประกอบด้วยควันบุหรี่ที่เกิดจากการเผาไหม้ของบุหรี่ยะหว่างการสูบ (ประมาณร้อยละ 85) และควันบุหรี่ที่ผู้สูบบุหรี่พ่นออกมาภายหลังจากการสูดบุหรี่เข้าปอด (ประมาณร้อยละ 15)

ควันบุหรี่ในบรรยากาศหรือควันบุหรี่มือสองประกอบด้วยสารเคมีที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย เช่นเดียวกับผู้ที่สูบบุหรี่สูดเข้าสูปอด เช่น คาร์บอนมอนอกไซด์ แอมโมเนีย อาเซนิค ปรอท ฟอรัมาดีไฮด์ และสารก่อมะเร็งชนิดอื่น ๆ

การได้รับควันบุหรี่มือสองในสตรีที่ตั้งครรภ์ จะทำให้ทารกในครรภ์ได้รับสารพิษที่มีในควันบุหรี่มือสองด้วย

ผลกระทบต่อสุขภาพจากการได้รับควันบุหรี่มือสอง

ระยะสั้น

- กลิ่นที่ไม่สบอารมณ์ 65%
- กลิ่นบุหรี่ติดเสื้อผ้า 42%
- ทำให้หายใจลำบาก/อึดอัด 25%

- เคียงตา 20%
- ทำให้ไอ 18%
- ทำให้รู้สึกไม่สบาย 10%
- ทำให้ปวดศีรษะ 5%
- อาการอื่นๆ 10%

ระยะยาว การได้รับควันบุหรี่มือสองเป็นเวลานาน ๆ จะทำให้เกิดโรคได้ ดังนี้

○ **มะเร็ง – ความเสี่ยงเพิ่มขึ้นร้อยละ 30**

- | | |
|---------------------------------|----------------------|
| หลักฐานชัดเจน | - มะเร็งปอด |
| หลักฐานบ่งบอกว่าเป็นสาเหตุหนึ่ง | - มะเร็งเต้านม |
| | - มะเร็งปากมดลูก |
| | - มะเร็งกล่องเสียง |
| | - มะเร็งเม็ดเลือดขาว |

○ **เส้นเลือดหัวใจตีบ - ความเสี่ยงเพิ่มขึ้น ร้อยละ 30**

รายงานการวิจัยพบว่าความเสี่ยงของการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจตีบของคนที่ได้รับควันบุหรี่มือสองสูงเท่ากับคนที่สูบบุหรี่วันละ 1 ถึง 9 มวน ที่เป็นเช่นนี้เพราะการได้รับควันบุหรี่แม้ในจำนวนไม่มากก็จะมีผลทำให้เกิดการจับตัวของเกร็ดเลือดที่ผิดปกติ ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดเส้นเลือดตีบ การได้รับควันบุหรี่มือสองยังทำให้เส้นเลือดแข็งตัวเร็วขึ้น ทำให้เลือดไปเลี้ยงหัวใจลดลง

○ **เส้นเลือดในสมองตีบ ความเสี่ยงเพิ่มขึ้น ร้อยละ 27 เช่นเดียวกับกลไกการเกิดเส้นเลือดหัวใจตีบ**

○ **ถุงลมปอดโป่งพอง ความเสี่ยงเพิ่มขึ้น ร้อยละ 25**

○ **โรคหอบหืด ความเสี่ยงการเกิดโรคหืดของเด็กที่อยู่ในบ้านที่มีผู้ปกครองคนใดคนหนึ่งหรือทั้งสองคนสูบบุหรี่ เพิ่มขึ้นร้อยละ 60 ในเด็กที่เป็นหืดอยู่แล้วอาการจะรุนแรงขึ้นและรักษายากขึ้น**

○ **ทารกตายกะทันหันโดยไม่ทราบสาเหตุ ความเสี่ยงเพิ่มขึ้น ร้อยละ 55 -143**

○ **การติดเชื้อของทางเดินหายใจในเด็กเล็กอายุน้อยกว่า 2 ขวบ เช่น หลอด**

ลมชักเสบหรือปอดอักเสบเพิ่มขึ้น ร้อยละ 57 ความเสี่ยงเพิ่มขึ้นในเด็กที่มีคุณแม่
สูบบุหรี่มากกว่าที่มีคุณพ่อสูบบุหรี่ สันนิษฐานว่าส่วนหนึ่งเป็นผลจากการที่เด็ก
ได้รับควันบุหรี่ขณะยังอยู่ในครรภ์ที่มารดาสูบบุหรี่

- **โรคน้ำคั่งในช่องหูส่วนกลาง** มีสถิติเพิ่มขึ้นในเด็กเล็กที่มีพ่อ-แม่ที่สูบบุหรี่
- **ผลกระทบต่อทารกในครรภ์** ทำให้เด็กมีน้ำหนักน้อยกว่าปกติ และทารกมี
โอกาสแท้งมากขึ้น

การเกิดโรคต่าง ๆ ในผู้ที่ได้รับควันบุหรี่มือสอง แม้จะมีความเสี่ยงไม่มาก แต่เนื่องจากมีผู้
ที่ได้รับควันบุหรี่มือสองจำนวนมาก ทำให้ปัญหาผู้ที่ป่วยจากการได้รับควันบุหรี่มือสองเป็นปัญหา
สุขภาพที่สำคัญซึ่งสามารถป้องกันได้ปัญหาหนึ่ง

และเนื่องจากการได้รับควันบุหรี่มือสอง ทำให้ได้รับสารพิษชนิดต่าง ๆ เช่นเดียวกับที่ผู้สูบ
บุหรี่ได้รับ โรคต่าง ๆ ที่เกิดในผู้ที่สูบบุหรี่กว่ายี่สิบห้าโรคจึงมีโอกาสที่จะเกิดในผู้ที่ได้รับควันบุหรี่
มือสอง เพียงแต่เกิดในสัดส่วนที่ต่ำกว่าเท่านั้น

ระดับของการได้รับควันบุหรี่มือสอง

รายงานข้อสรุปจากการวิจัยของราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทยแห่งลอนดอน พบว่า

- ผู้ไม่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่ได้รับควันบุหรี่มือสอง
- เด็กมีโอกาสได้รับควันบุหรี่มือสองสูง โดยมีดัชนีชี้วัดที่มีผู้ปกครองสูบบุหรี่และมาจาก
ครอบครัวที่มีฐานะระดับล่าง
- ในผู้ใหญ่ ผู้ที่อยู่บ้านที่มีสมาชิกที่สูบบุหรี่จะมีโอกาสได้รับควันบุหรี่มือสองสูง
- ผู้ที่อยู่ในบ้านที่ไม่มีคนสูบบุหรี่ได้รับควันบุหรี่มือสองในระดับที่ต่ำ
- จำนวนบ้านที่ปลอดบุหรี่ในประเทศไทยอังกฤษเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 22 ในปีพ.ศ.2539 เป็น
ร้อยละ 37 ในปี พ.ศ.2546 ทำให้จำนวนผู้ที่ได้รับควันบุหรี่มือสองลดลง
- บ้านเป็นแหล่งที่คนส่วนใหญ่ได้รับควันบุหรี่มือสอง
- ผู้ที่ได้รับควันบุหรี่มือสองมากที่สุด คือ พนักงานที่ทำงานในบาร์และไนท์คลับ
- ระดับการได้รับควันบุหรี่มือสองจะลดลง หากคนที่สูบบุหรี่ลดลงในประชากรส่วน
ใหญ่ การห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะและการไม่สูบบุหรี่ในบ้าน

สถานการณ์การได้รับควันบุหรี่มือสองในประเทศไทย

ที่ผ่านมากการศึกษาถึงระดับการได้รับควันบุหรี่มือสองของคนไทยยังมีน้อยมาก แต่เชื่อว่า
คนไทยที่ไม่สูบบุหรี่จำนวนมากได้รับควันบุหรี่มือสอง จากสาเหตุดังต่อไปนี้

1.จำนวนคนไทยที่สูบบุหรี่มีทั้งสิ้นประมาณ 10 ล้านคน และชายไทยที่อายุมากกว่า 15 ปีขึ้นไป ร้อยละ 37.2 และหญิงไทย ร้อยละ 2.2 สูบบุหรี่

2.แม้จะมีกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะส่วนใหญ่ แต่การสำรวจพบว่ายังมีผู้ฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในสถานที่ที่ห้ามสูบในสัดส่วนที่สูงโดยตลอด

โดยการสำรวจที่ทำโดยเอแบคโพลล์ เมื่อเดือน มิถุนายน พ.ศ.2548 พบว่าประชาชนในเขต กทม. ชลบุรี เชียงใหม่ โคราซและสงขลาเคยพบเห็นการสูบบุหรี่ในสถานที่ต่าง ๆ ซึ่งกฎหมายกำหนดให้เป็นเขตปลอดบุหรี่ดังนี้ มีการสูบให้ห้องสุขาสาธารณะ 78.7 % ตู้โทรศัพท์สาธารณะ 71.3 % สถานที่ราชการ / รัฐวิสาหกิจ 63.2 % สถานศึกษาระดับต่ำกว่าอุดมศึกษา 55.3 %

3.การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคุณพ่อของเด็กระดับ ป.2-ป.4 จำนวน 1,000 คน พบว่าร้อยละ 47 สูบในบ้าน ร้อยละ 25 สูบขณะดูทีวีกับลูก และร้อยละ 37 สูบในรถยนต์ที่ลูกอยู่ด้วย

สถานการณ์เหล่านี้สะท้อนว่าประเทศไทยยังมีงานที่ต้องทำอีกมากเกี่ยวกับการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่

ด้วยเหตุนี้เองที่การรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของสสส. และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในปีนี้นั้นเรื่องการรณรงค์ให้สถานที่สาธารณะที่กฎหมายกำหนดให้ปลอดบุหรี่ได้มีการดำเนินการอย่างจริงจัง โดย สสส.ได้ร่วมกับกระทรวงสาธารณสุข จัดทำโครงการสถานที่ราชการปลอดบุหรี่ โดยเฉพาะแปดกระทรวงที่มีผู้แทนเป็นกรรมการอยู่ในคณะกรรมการกองทุนสสส. ให้มีการตั้งคณะทำงานในแต่ละกระทรวง เพื่อดูแลเรื่องนี้อย่างจริงจัง ต่อเนื่องไปจนถึงการที่รัฐมนตรีกระทรวงสาธารณสุขจัดให้มีพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือดำเนินการจัดเขตปลอดบุหรี่ ตามกฎหมายในสถานที่ราชการอย่างเป็นทางการเป็นรูปธรรมกับทุกกระทรวงเมื่อวันที่ 16 มกราคม 2549

ในส่วนของมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ได้มีโครงการรณรงค์ให้บ้านเป็นเขตปลอดบุหรี่ โดยรณรงค์ให้ทุกคนในบ้านเลิกบุหรี่ สำหรับผู้ที่ยังเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้ก็ขอให้ไม่สูบบุหรี่ในบ้าน เพราะการที่ผู้ปกครองไม่สูบบุหรี่ในบ้าน นอกจากจะทำให้คนในบ้านไม่ต้องได้รับอันตรายจากควันบุหรี่มือสองแล้ว ยังลดความเสี่ยงที่เด็ก ๆ ในบ้านจะกลายเป็นผู้สูบบุหรี่ในอนาคตจากค่านิยมที่ผิดและพฤติกรรมเลียนแบบอีกด้วย

สำหรับการรณรงค์ในปีนี้ ทุกคนสามารถมีส่วนร่วมได้โดยการทำบ้านของท่านให้เป็นบ้านปลอดบุหรี่ ทำหน่วยงานของท่านให้เป็นหน่วยงานปลอดบุหรี่ และสนับสนุนสถานที่สาธารณะให้เป็นเขตปลอดบุหรี่