

## ย้อนอดีตวันนี้ ( 31 พ.ค.) เมื่อ ปี ค.ศ. 1988 ที่องค์การอนามัยโลก

นำเสนอเมื่อ : 31 พ.ค. 2552

คำขวัญปีนี้ " บุหรี่มีพิษ ร่วมคิดเตือนภัย " โดย..กระทรวงสาธารณสุข

### ความเป็นมาของวันที่ 31 พ.ค วันงดสูบบุหรี่โลก

วันงดสูบบุหรี่โลกจัดขึ้นครั้งแรกในวันที่ 31 พฤษภาคม ค.ศ. 1988 โดยองค์การอนามัยโลก เนื่องจากเล็งเห็นอันตรายของบุหรี่ต่อสุขภาพของผู้สูบบุหรี่และผู้ไม่สูบบุหรี่แต่ได้รับควันบุหรี่ การจัดงานวันงดสูบบุหรี่โลกก็เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูบบุหรี่เลิกสูบ และให้รัฐบาลชุมชนและประชากรโลกตระหนักถึงความสำคัญและเข้าร่วมกิจกรรม องค์การอนามัยโลกระบุชัดเจนว่า การสูบบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของการป่วยและเสียชีวิตก่อนวัยอันควรที่สามารถป้องกันได้ และกำหนดให้ วันที่ 31 พฤษภาคม ของทุกปีเป็นวันงดสูบบุหรี่โลก ( World No Tobacco Day )

ในควันบุหรี่มีสารเคมีมากถึง 4,700 ชนิด และมี 42 ชนิด ที่เป็นสารก่อมะเร็งทั้งในคนและสัตว์ รวมทั้งยังมีสารระคายเคืองต่อทางเดินหายใจอีกหลายสิบชนิด จากการศึกษาทางการแพทย์พบว่า ในห้องที่มีอากาศไม่ถ่ายเท การสูบบุหรี่ทุก ๆ 20 วัน จะทำให้ผู้ไม่สูบบุหรี่ต้องหายใจเอาควันบุหรี่เข้าไปเป็นปริมาณเท่ากับการสูบบุหรี่ 1 มวน ผู้ไม่สูบบุหรี่ซึ่งอยู่ในห้องทำงาน หรือในสถานที่แออัดเป็นเวลานาน แล้วหายใจเอาควันบุหรี่เข้าไป จะมีโอกาสเป็นมะเร็งปอดเพิ่มขึ้น 10-30% จากโดยเฉลี่ยทั่วไป และพบว่า ปอดจะถูกทำลายเช่นเดียวกับปอดของคนสูบบุหรี่ 1-10 มวน/ วัน

ผู้ไม่สูบบุหรี่ที่อยู่ในห้องทำงานที่มีควันบุหรี่ประมาณ 30 นาที จะมีปริมาณการบวมของเนื้อเยื่อในเลือดเท่ากับคนที่สูบบุหรี่ 1 มวน

ผู้หญิงที่ได้รับควันบุหรี่จากการสูดควันบุหรี่เข้าไปวันละ 3 ชั่วโมงขึ้นไป จะมีอัตราเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งที่ลำคอมากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับควันบุหรี่ 3 เท่า และมีโอกาสเป็นโรคมะเร็งอื่น ๆ มากกว่าคนปกติถึง 2 เท่า

ผู้หญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับควันบุหรี่อย่างต่อเนื่อง สุราพิษในควันบุหรี่จะมีผลให้เกิดโรคแทรกซ้อนต่าง ๆ ในระหว่างตั้งครรภ์และคลอดบุตรได้ โดยอาจมีอาการครรภ์เป็นพิษ และทารกที่คลอดอาจมีน้ำหนักตัวน้อยกว่าปกติ

**เมื่อทราบถึงอันตรายที่เกิดจากควันบุหรี่แล้ว เนื่องในวันงดสูบบุหรี่โลกขอให้คนที่สูบบุหรี่หันมาเลิกบุหรี่กันดีกว่า**

ขอบคุณข้อมูล จาก เดลินิวส์ออนไลน์ และ[http://women.sanook.com/health/tips/tips\\_12130.php](http://women.sanook.com/health/tips/tips_12130.php)

.....  
( ครัวหนู ฝากเพลง สั้น ๆ เกริ่นก่อนเข้าเนื้อเรื่องวันนี้ ถือเป็นกรนำเข้าสู่บทเรียน ให้นักเรียนคุณครูร้องนะครับ วันเดียววันหนึ่งเดียว ซู่วันเดียวอย่าไปเกี่ยวของ 31 พฤษภาคม อยามอง ๆ อย่าไปเกี่ยวของ บอกพี่น้องวันเดียว ๆ )