



วันที่ 11 เมษายน 2565

วันที่ข่าวตีพิมพ์ : สามารถเผยแพร่ได้ทันที

ดีเดย์วันครอบครัว ทำบ้านให้ปลอดบุหรี่

เนื่องในวันครอบครัว 14 เมษายน และตรงกับเทศกาลวันสงกรานต์ ศ.นพ.ประกิต วาทีสาธกกิจ ประธานมูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เชิญชวนคนไทยทุกคนร่วมสร้างกระแสค่านิยมการไม่สูบบุหรี่ในบ้าน เพื่อปกป้องสุขภาพของสมาชิกในบ้าน โดยเฉพาะบ้านที่มีเด็กเล็กอาศัยอยู่จากอันตรายของควันบุหรี่

ศ.นพ.ประกิต กล่าวว่า จากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ปี พ.ศ.2564 ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวนทั้งสิ้น 57 ล้านคน พบ มีผู้สูบบุหรี่ 9.9 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 17.4 โดยผู้ชายจะสูบบุหรี่มากกว่าผู้หญิง ถึง 20 เท่า ถึงแม้ว่ายอดตัวเลขผู้สูบบุหรี่จะมีแนวโน้มที่ลดลงเมื่อเทียบกับปี 2560 แต่ประชากรกว่า 6.7 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 23.7 ก็ยังได้รับควันบุหรี่มือสองในบ้านของตนเอง จากข้อมูลของผู้สูบบุหรี่ปัจจุบันที่ระบุว่ามีการสูบบุหรี่ในบ้านตนเองส่วนใหญ่เป็นหัวหน้าครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 76.7 รองลงมาเป็นบุตร คิดเป็นร้อยละ 12.2 ตามลำดับ

เป็นที่ทราบกันดีว่า ควันบุหรี่มือสองมีสารเคมีมากกว่า 7,000 ชนิด มี 70 ชนิดเป็นสารก่อมะเร็ง และควันบุหรี่มือสามที่ตกค้างติดอยู่ตามเส้นผม ผิวหนัง เสื้อผ้า และสิ่งของในบ้านอื่น ๆ มีสารพิษตกค้างที่ก่อให้เกิดมะเร็ง เด็กมีโอกาสได้รับอันตรายจากควันบุหรี่มือสองได้มากกว่าผู้ใหญ่ เพราะเด็กมีความใกล้ชิดกับผู้ใหญ่ และไม่สามารถป้องกันตัวเองได้ ตัวเด็กเองอาจเกิดพฤติกรรมเลียนแบบผู้ใหญ่ ด้วยการสูบบุหรี่ในอนาคต

จากกิจกรรมการมีส่วนร่วมในหัวข้อ **บ้านที่ไม่มีควันบุหรี่ดีอย่างไร? ผ่านเพจ Facebook บ้านปลอดบุหรี่ : Smoke Free Home ของมูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่** มีหลายครอบครัวได้ร่วมสะท้อนความคิดเห็นดังกล่าว อาทิเช่น **ครอบครัวคุณประภัสสร บัวภาเรือง** “บ้านที่ปลอดบุหรี่ คือ บ้านที่ไม่มีมลภาวะเป็นพิษ ต่อตนเองและผู้อื่น ทำให้ปราศจากโรคทางเดินหายใจ เช่น ภูมิแพ้ หอบ ไม่เหม็นกลิ่นควันบุหรี่ จนทำให้เวียนหัวหรือเสียสุขภาพกายและใจ เป็นบ้านที่มีแต่ความสุข” **ครอบครัวคุณสุพจน์ สุขเสริม** “บ้านที่ไม่มีควันบุหรี่ ดีต่อครอบครัว ทำให้ทุกคนในบ้านและคนใกล้ชิดตัวมีสุขภาพที่แข็งแรง สุขภาพจิตดี เป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูก” **ครอบครัวคุณจันทร์นา วรพัฒนกุล** “บ้านที่ไม่มีควันบุหรี่ จะทำให้สุขภาพร่างกายเราแข็งแรง ลดอาการของโรคต่าง ๆ ที่จะตามมา ถ้าเป็นเด็กที่สูดควันบุหรี่เข้าไปมาก ๆ ก็จะทำให้เกิดโรคหอบได้ ตอนนี้สามีเลิกบุหรี่มา 5 – 6 ปี แล้วค่ะ เพื่อตัวเองและเพื่อครอบครัว” และอีกหลายครอบครัวที่เห็นความสำคัญของการทำบ้านปลอดบุหรี่ จึงอยากเชิญชวนทุกคนทั้งที่สูบบุหรี่ และไม่สูบบุหรี่ ร่วมรณรงค์สร้างกระแส “บ้านปลอดบุหรี่” ด้วยการไม่สูบบุหรี่ในบ้าน ไม่สูบบุหรี่ใกล้เด็ก ดีที่สุดคือเลิกสูบบุหรี่ เพื่อสุขภาพของตัวเอง ท่านเอง ลูกหลานและทุกคนในครอบครัว

สำหรับท่านที่ต้องการร่วมรณรงค์ หรือขอสื่อรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ สามารถเข้าไปดูรายละเอียดเพื่อขอรับสื่อได้ที่ www.smokefreezone.or.th หรือติดต่อที่โทรศัพท์หมายเลข 0-2278-1828

สิ่งดี ๆ เมื่อคุณ **ไม่สูบบุหรี่ในบ้าน**

 อากาศในบ้านคุณจะสดชื่น

คุณไม่ต้องกังวล
ว่าคนในบ้านจะได้รับ
อันตรายจากควันบุหรี่

 ลดโอกาสที่ลูกคุณจะเจ็บป่วย

ลดโอกาสที่ลูกคุณ
จะกลายเป็นคนสูบบุหรี่



ไม่ต้องเสียเวลา กำลังงานและเงินทอง
ในการกำจัดสิ่งที่ไม่น่าดูจากบุหรี่ตามทีต่าง ๆ



ลดโอกาส
เกิดอุบัติเหตุไฟไหม้ในบ้าน



คุณจะเลิกสูบบุหรี่
ได้ง่ายขึ้น



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (มสบ.)

36/2 ซอยประดิษฐ์ 10 ถนนประดิษฐ์ แขวงพญาไท เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400
โทร. 0-2278-1828 โทรสาร. 0-2278-1830 E-mail : info@ashthailand.or.th
www.ashthailand.or.th และ www.smokefreezone.or.th เผยแพร่เดือนสิงหาคม 2564

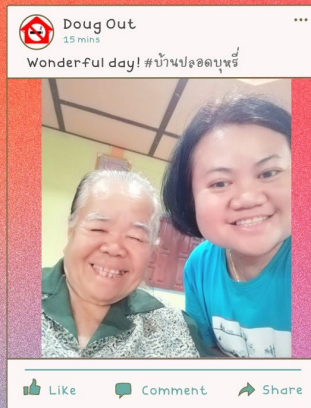
สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การวิจัย

โปสเตอร์รณรงค์ “สิ่งดี ๆ เมื่อคุณไม่สูบบุหรี่ในบ้าน” ที่มา : www.smokefreezone.or.th

บ้านที่ปลอดบุหรี่

คือ บ้านที่ไม่มีมลภาวะเป็นพิษ
ต่อตนเองและผู้อื่น ทำให้
ปราศจากโรคทางเดินหายใจ
เช่น ถุงลมโป่งพอง ไม่เหม็น
กลิ่นควันบุหรี่ จนทำให้เวียนหัว
หรือเสียบุหรี่ฝอยและใจ
เป็นบ้านที่มีแต่ความสุขค่ะ

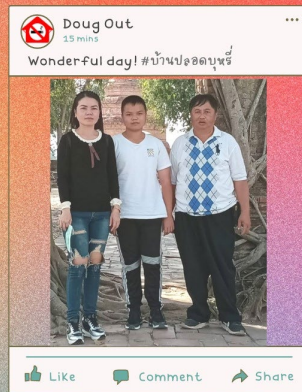
- ประวิฬสร์ บัวภาเรือง -



66

บ้านที่ไม่มีควันบุหรี่ ดีต่อครอบครัว ทำให้
ทุกคนในบ้านและคนใกล้ตัวมีสุขภาพที่แข็งแรง
สุขภาพจิตดี เป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูก

- supoj sukserm -



77

บ้านที่ไม่มีควันบุหรี่

จะทำให้สุขภาพร่างกายเราแข็งแรง
ลดอาการต่างๆของโรคที่จะตามมา
ถ้าเป็นเด็กที่สูดควันบุหรี่เข้าไป
มากก็จะทำให้เกิดโรคหอบได้
ตอนนี้สามีเลิกบุหรี่มา 5-6 ปี
แล้วค่ะ เพื่อตัวเองและเพื่อ
ครอบครัวค่ะ

- จันทรรักษ์ วรพินิจกุล -



33

อัลบั้ม “บ้านที่ไม่มีควันบุหรี่ดีอย่างไร?”