TTYT HUYỆN BÌNH ĐẠI

**PHÒNG TT-GDSK**

***PHÒNG, CHỐNG TÁC HẠI THUỐC LÁ***

Theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO), thuốc là là nguyên nhân chính gây ra các ca tử vong trên toàn thế giới và cũng là nguyên nhân hàng đầu. Mỗi năm, thuốc lá cướp đi sinh mạng của gần 6 triệu người, trong đó có hơn 5 triệu người đã và đang hút thuốc lá, hơn 600 nghìn người không hút thuốc nhưng bị tiếp xúc thụ động với khói thuốc. Số người chết vì thuốc lá nhiều hơn tổng số người chết vì HIV⁄AIDS, lao phổi, sốt rét cộng lại.

Thống kê cho thấy, trong thế kỷ 20, thuốc lá đã giết chết 100 triệu người, và WHO cũng cảnh báo, nếu không thực hiện ngay những biện pháp phòng, chống thuốc lá hiệu quả, thì số người chết hàng năm do thuốc lá có thể tăng lên hơn 8 triệu vào năm 2030, và thế kỷ 21 số người chết vì thuốc lá sẽ có thể lên tới 1 tỷ người. Ở Việt Nam, các bệnh liên quan đến thuốc lá là nguyên nhân gây tử vong hàng đầu, gây ra khoảng 40.000 ca tử vong mỗi năm - tức là hơn 100 người chết vì thuốc lá mỗi ngày. Nếu không có can thiệp khẩn cấp, ước tính số tử vong do các bệnh liên quan đến thuốc lá mỗi năm sẽ tăng lên thành 70.000 người vào năm 2030.

**I. Tác hại của thuốc lá**

***1. Tác hại đến sức khỏe***

Hút thuốc lá là nguyên nhân gây nên nhiều loại ung thư như: Ung thư phổi, ung thư thực quản, ung thư thanh quản, ung thư vòm họng, ung thư thận và bàng quang, ung thư hậu môn trực tràng, ung thư bộ phận sinh dục…

Hút thuốc làm tăng nguy cơ mắc bệnh tim mạch lên gấp 2 - 3 lần. Khói thuốc có thể gây ra loạn nhịp tim, gây tăng huyết áp. Hút thuốc làm tăng nguy cơ mắc và tử vong do bệnh mạch vành, xơ vữa động mạch, nhồi máu cơ tim, bệnh mạch máu ngoại vi, tai biến mạch máu não…

Thuốc lá là nguyên nhân hàng đầu gây bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính. Hút thuốc không gây cơn hen nhưng làm cho bệnh hen nặng lên, tỉ lệ tử vong ở người bị hen đang hoặc đã từng hút thuốc thì tăng gấp trên 2 lần so với những người không hút thuốc. Những người hút thuốc hay bị nhiễm trùng đường hô hấp hơn những người không hút thuốc và thường bị nặng hơn.

Thuốc là làm giảm khả năng sinh dục, tăng nguy cơ vô sinh ở cả nam và nữ. Hút thuốc làm tăng nguy cơ sảy thai, thai chết lưu, trẻ sinh non, trẻ sinh thiếu cân, các dị tật bẩm sinh ở trẻ…

Người hút thuốc thụ động (là người không hút thuốc nhưng hít phải khói thuốc của người khác) có nguy cơ bị ung thư phổi cao hơn những người không hít phải khói thuốc.

Trẻ em hít phải khói thuốc có nguy cơ mắc các bệnh đường hô hấp, viêm tai giữa, tăng nguy cơ lên cơn hen và mức độ nặng của bệnh hen. Ngoài ra khói thuốc lá làm ảnh hưởng đến sự phát triển trí tuệ của trẻ.

***2. Tác hại đến kinh tế***

Năm 2012, người dân Việt Nam đã chi 22 nghìn tỷ đồng cho việc mua thuốc lá. Theo số liệu nghiên cứu về ảnh hưởng của thuốc lá đến kinh tế gia đình cho thấy, các hộ gia đình nghèo phải tiêu tốn khoảng 5% thu nhập của gia đình vào thuốc lá. Số tiền chi mua thuốc lá tương đương chi cho giáo dục, y tế, thậm chí chi phí dành cho thuốc lá cao hơn 1,5 lần dành cho giáo dục.

***3. Ảnh hưởng của thuốc lá đối với môi trường***

Hút thuốc là nguyên nhân chính gây nên ô nhiễm không khí trong nhà, nơi làm việc, trường  học, nơi công cộng... và ngoài trời do khói thuốc thải ra ngoài không khí hàng ngàn chất hóa học độc hại. Ngoài tác hại đối với sức khỏe thì thuốc lá cũng góp phần không nhỏ vào việc hủy hoại môi trường. Các đầu mẩu thuốc lá và vỏ bao sau khi sử dụng sinh ra một khối lượng rác thải lớn; ước tính mỗi năm có tới 4.500 tỷ đầu lọc thuốc lá thải ra ngoài môi trường.

**II. Phòng chống tác hại của thuốc lá**

***1. Đối với người hút thuốc lá***

Tiến hành cai nghiện, cần phải có ý chí, nghị lực và quyết tâm để vượt qua sự phụ thuộc vào chất độc Nicotin và thói quen hút thuốc lá, bên cạnh đó cần có sự động viên gia đình, người thân, bạn bè và môi trường cộng đồng.

***2. Đối với cộng đồng***

Tăng cường các công tác lồng ghép truyền thông giáo dục sức khỏe về tác hại của thuốc lá trên các phương tiện loa, đài, thông tin đại chúng và các hoạt động tại địa phương để mọi người cùng hiểu và chung tay thực hiện.

Thuốc lá là nguyên nhân gây nên nhiều bệnh tật và tử vong nhưng hoàn toàn có thể phòng ngừa được nếu mọi người thực hiện nghiêm theo những quy định của Luật Phòng, chống tác hại của thuốc lá.. Do vậy, chung tay xây dựng môi trường không khói thuốc lá là biện pháp hiệu quả để bảo vệ mọi người không tiếp xúc với khói thuốc lá../.

**CÁN BỘ BIÊN SOẠN GIÁM ĐỐC**

**CT TT-GDSK**

**Phan Hồng Vũ Ngô Thái Hùng**