

HỌC SINH TRƯỜNG THPT LỘC THANH NÓI “KHÔNG” VỚI “THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ”

Gần đây, tình trạng trẻ vị thành niên, HS hút thuốc lá đang diễn biến phức tạp và có chiều hướng gia tăng. Thực trạng này không chỉ ảnh hưởng đến sức khỏe của chính bản thân các em, mà còn ảnh hưởng đến sức khỏe của bạn bè và người xung quanh. Vậy thuốc lá điện tử là gì và tác hại như thế nào ?

Thuốc lá điện tử có rất nhiều tên gọi khác nhau nhưng các bạn trẻ thường gọi là shisha điện tử, là bút vape. Một điếu thuốc lá điện tử hoạt động bằng pin và thả ra liều nicotine bốc hơi để người dùng hít vào. Nó đem đến cảm giác tương tự như khi hít phải khói thuốc lá. Hầu hết thuốc lá điện tử đều có một ống ngậm, hoặc hộp mực, một bộ làm nóng, pin sạc và mạch điện. Khi người dùng hút sẽ có một cảm biến kích hoạt bộ làm nóng làm bay hơi dung dịch lỏng, hương vị được giữ trong ống ngậm. Sau đó, người dùng sẽ "vape" (hút bằng miệng) hoặc hít vào dung dịch khí. Hàm lượng nicotine sẽ thay đổi từ 0 đến cực cao hoặc 24 đến 36 mg/ml khí thở.

Thuốc lá điện tử từng được kỳ vọng sẽ giúp cai được thuốc lá và giảm các tác hại, nhưng thực tế lại đang gây nghiện cho ngày càng nhiều người trẻ.

Điều gì xảy ra trong cơ thể sau khi bạn hút thuốc lá điện tử?

"Khi bạn đốt một điếu thuốc lá, khói thuốc chứa hơn 7.000 hóa chất, trong đó có 69 chất được cho là tác nhân gây ung thư. Nhưng với thuốc lá điện tử, bạn chỉ hít khoảng 4-5 chất mà thôi"

Và vấn đề được đặt ra là 4-5 chất đó là gì và có tác động như thế nào với cơ thể con người?

+ **Ảnh hưởng đến miệng:**

Những người sử dụng thuốc lá điện tử thường có triệu chứng miệng khô, cổ họng ngứa và ho. Và nguyên nhân là do hấp thụ chất nicotine có thể xảy ra ở lớp lót trong của miệng hoặc đường hô hấp trên.

+ **Ảnh hưởng đến phổi:**

Một trong những thành phần chính trong chất lỏng của thuốc lá điện tử thường là propylene glycol (vốn được sử dụng để tạo khói trong các rạp hát, sân khấu) và chất glycerin. Có những lo ngại cho rằng các hạt nano nguy hiểm từ thuốc lá điện tử cho thể xâm nhập vào phổi, gây ra chứng viêm phổi hoặc nhiễm trùng phổi.

+ **Ảnh hưởng đến tim:**

Nicotine trong điếu thuốc nhanh chóng kích thích tuyến thượng thận, làm cơ thể tiết ra hormone adrenaline, hệ quả là gây tăng huyết áp và nhịp tim.

+ **Ảnh hưởng đến não:**

Khi nicotine đi vào não, nồng độ Dopamine- một chất truyền thần kinh tăng lên. Tuy không được coi là một chất gây ung thư, nhưng nicotine lại gây nghiện.

+ **Ảnh hưởng đến Thai nhi:**

Nicotin có thể gây hại cho thai nhi nếu bà mẹ hút thuốc lá điện tử trong quá trình mang thai. Không chỉ ảnh hưởng tới sự phát triển của phổi và não em bé, chất này còn khiến trẻ em sinh non, nhẹ cân và thậm chí là chết lưu.

Khi hút thuốc lá điện tử thường xuyên có nguy cơ mắc các bệnh ung thư cao gấp 15 lần so với những người hút các loại thuốc lá thông thường. Trong bút vape (váp) chứa chất Formaldehyde, một chất khí không màu do thuốc lá điện tử tạo ra khi đốt nóng chất lỏng chứa nicotine và chất tạo mùi thơm bên trong thiết bị. Đây là chất hóa học độc hại có khả năng gây ung thư, thường được sử dụng trong chế tạo vật liệu xây dựng và bảo quản thi hải.

Theo các chuyên gia, cứ 3ml chất lỏng được đốt nóng sẽ tạo ra 14mg chất Formaldehyde. Với người thường xuyên hút 1 bao thuốc/ngày, lượng Formaldehyde “nạp” vào cơ thể là 3 mg/ngày. Với liều lượng như vậy, nguy cơ ung thư ở những người hút thuốc

lá điện tử lâu năm sẽ cao từ 5-15 lần so với những người nghiện thuốc lá thường.

Từ những tác hại trên , nhà trường rất mong các em HS, các bạn trẻ không sử dụng, không lôi kéo , rủ rê người khác tham gia hút hít, không vận chuyển, không mua bán tàng trữ chất gây nghiện.

Để phòng, chống tác hại của thuốc lá, đặc biệt là thuốc lá điện tử, nhà trường mong muốn các phụ huynh học sinh cần thường xuyên quan tâm, quản lý con em của mình về thời gian, tiền bạc, quan hệ bạn bè và thói quen sinh hoạt hằng ngày để kịp thời nhắc nhở, chấn chỉnh, định hướng lối sống tích cực. Từ đó, giúp các em có ý thức bảo vệ sức khỏe bản thân và những người xung quanh trước tác hại của thuốc lá nói chung và thuốc lá điện tử nói riêng./



