

Smart

วารสารเพื่อคนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่

ปีที่ 12 ฉบับที่ 134 มีนาคม 2554

we're
smoke
free



ที่เขี่ยบุหรี่ส่วนตัว



มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนา

ภาพจาก www.kiss-my-ash.fi



สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

ปฏิทินกิจกรรมมูลนิธิธรรมา

มูลนิธิธรรมา จับมือกับ “ป๊องส์” แผนงานกิจกรรมเชิงอุปถัมภ์จัดแถลงข่าวการประกวดสื่อโฆษณาบุหรี่เมื่อวันศุกร์ที่ 25 กุมภาพันธ์ 2554

มูลนิธิธรรมาจัดประชุมศึกษาและทำความเข้าใจ FCTC มาตรา 8 และเทคนิคการณรงค์ต่างๆ ณ โรงแรมมิโด ถ.ประดิพัทธ์ เมื่อวันอังคารที่ 1 มีนาคม ที่ผ่านมา

ในโอกาสครบรอบ 70 ปี อาจารย์สมพงษ์ สิงห์สุวรรณ ครูนักแต่งเพลงได้ร่วมกับ มูลนิธิธรรมา โดยการสนับสนุนทุนจาก สสส. จัด “คอนเสิร์ตบ้านปลอดบุหรี่” เมื่อวันอาทิตย์ที่ 6 มีนาคม ณ กรมประชาสัมพันธ์

โครงการโรงพยาบาลจัดอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านสุขภาพในการช่วยให้คนเลิกสูบบุหรี่ ในวันที่ 9-11 มีนาคม ณ โรงแรมอบลินเตอร์ เนชั่นแนล จ.อุบลราชธานี และในวันที่ 21-23 มีนาคม ณ โรงแรมแมย์มพาลีส จ.แพร่

เครือข่ายครู จัดอบรมพัฒนาศักยภาพแกนนำครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ จ.ชลบุรี ในวันที่ 17-18 มีนาคม 2554

วันจันทร์ที่ 21 มีนาคม ศ.นพ.ประกิจ วาทีสาธกกิจ และ พล.ต.สมชาย มหาวินสุ ร่วมกับตำรวจภูธรภาค 6 แถลงข่าวมอบป้าย “สถานีตำรวจเป็นเขตปลอดบุหรี่” ภายใต้โครงการ “สถานีตำรวจปลอดบุหรี่”

ตัดสินการประกวดสื่อโฆษณารั้ววันบุหรี่ ครั้งที่ 5 ในที่ 22,24,29 มีนาคม 2554 ณ ตึก SM สสส.ชั้น 35

มูลนิธิธรรมา จัดพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่เรื่อง “การถ่ายภาพเพื่อใช้ในการงาน” ในวันที่ 26-27 มีนาคม 2554 ณ บ้านสวนประเสริฐพร อ.อัมพวา จ.สมุทรสงคราม



การประชุมศึกษาและทำความเข้าใจ FCTC มาตรา 8 และเทคนิคการณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่



Mr.Laxmi Raj Joshi, Mr.Ram Avatar Gupta Seni นักรณรงค์ จากประเทศเนปาล มาศึกษาดูงานด้านควบคุมยาสูบในประเทศไทย ระหว่างวันที่ 13-14 กุมภาพันธ์ 2554



“เป็นองค์การหรือสถานสาธารณสุขลำดับที่ 383 ตามประกาศกระทรวงการคลัง เงินบริจาคสามารถนำไปหักลดหย่อนภาษีเงินได้ประจำปี ตามที่กฎหมายกำหนดไว้” วารสาร SMART ยอดพิมพ์ 10,000 ฉบับต่อเดือน ไม่สงวนสิทธิ์ สามารถนำไปเผยแพร่ต่อได้”

บรรณาธิการ ศ.เกียรติคุณ นพ.ประกิจ วาทีสาธกกิจ กองบรรณาธิการ นพ.ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์/นิเวศน์ กันไทยราษฎร์/อ้วน อรรถ/ประพันธ์ ออมวงศ์/เบ๊อค์ จามอรุณโชติ/แสงเดือน สุวรรณรัตน์/สภพร จิรณานนท์/บุรณี พิษณุกุลมงคล/อวยชัย ก่อบุญ/สมปอง ดวงโลว/ผ.ดร.ปิยะรัตน์ นิมพิทักษ์พงศ์/ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ (ศจย.)/สำนักควบคุมการบริโภคยาสูบ กระทรวงสาธารณสุข/เครือข่ายครูนักณรงค์ฯ

ประสานงานกองบรรณาธิการ / ศิลปกรรม สุขสันต์ เสถาณท์ ที่ปรึกษาด้านศิลปกรรม สุเทพ สุทธิไล มูลนิธิธรรมาเพื่อการไม่สูบบุหรี่ ประธานกรรมการ : ดร.โพธิ์จัน เปรมปรีดี รองประธาน : คุณพงษ์ศักดิ์ พยัฆะเวียร กรรมการ และเลขาธิการ : ศ.เกียรติคุณ นพ.ประกิจ วาทีสาธกกิจ กรรมการและทรัพยากร : คุณวัญนา แสงเสถียร กรรมการ : ผ.ศ.อำนาจ เข็นสหาย/คุณทวีสิน สติยรัตน์/คุณสันติ วิริยะรังสฤษฎ์/อาจารย์อรรถ ปาลเดชพงศ์ คุณสงวน ล้วนโสมนัต/ดร.นิรันดร์ จิระสันติการ/คุณเจต ประภาณนตริพงศ์/คุณอรสา คุณวัฒน์/คุณบ็อย ธนาธิกดี/ศ.นพ.ปิยะมิตร ศรีธรา/อาจารย์สนธิ ไชยวงศ์คต ที่ปรึกษา คุณดอกดิน กัญญามาลย์/คุณดำรง พุฒตาล/คุณกรรณิกา ธรรมเกษร คุณรมิดา รัสเซลล์

สำนักงาน เลขที่ 36/2 ซ.ประดิพัทธ์ 10 ถ.ประดิพัทธ์ แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400 โทร. 0-2278-1828 โทรสาร. 0-2278-1830 <http://www.ashthailand.or.th>

คอนเสิร์ตบ้านปลอดบุหรี่



คอนเสิร์ตบ้านปลอดบุหรี่ จัดขึ้นที่กรมประชาสัมพันธ์ เมื่อวันที่ 6 มีนาคม 2554
ด้วยความร่วมมือระหว่างมูลนิธิรณรงค์ฯ โดยการสนับสนุนจาก สสส.

รวบรวมกิจกรรมเครือข่ายครู



คณะทำงานเครือข่ายครูฯ ส่วนกลาง จัดประชุมระดมความคิด เพื่อผลิตสื่อสำหรับครูใช้ในการสอนและบูรณาการในกิจกรรมนอกหลักสูตร วันที่ 18-20 ก.พ. 2554 ณ เรือนไม้ชายน้ำ โฮมสเตย์ จ.นครปฐม



แกนนำเครือข่ายครูในเขต สพม.เขต 1 (กรุงเทพฯ) จัดประชุมเพื่อเตรียมการจัดสัมมนาครูระดับมัธยมศึกษา อาชีวฯ และขยายโอกาส ที่ตั้งอยู่ในเขตพื้นที่ สพม.เขต 1 เมื่อวันที่ 28 ก.พ.2554 ณ โรงเรียนประดู่ในทรงธรรม



ประชุมแกนนำเครือข่ายครูในเขตกรุงเทพฯ เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งเครือข่ายครู เมื่อวันที่ 12 ก.พ.2554 ณ โรงแรมอลซีชั่น โกลด์ ออร์คิด



แกนนำเครือข่ายครู จังหวัดสงขลา ขวนเยาวชนจิตอาสาสมัครรณรงค์ตลาดปลอดบุหรี่ ณ ตลาดกิมหยง ตัวเมือง



แกนนำเครือข่ายครู จังหวัดเชียงใหม่ ร่วมจัดกิจกรรมและบูธนิทรรศการ “โรงเรียนปลอดบุหรี่” ในงานมหกรรมการศึกษาเอกชน



✓ s. 167 $\rho_{\text{max}} = 10 \text{ MPa}$.



ศ.นพ.ประทีป วาทีสาธกกิจ

เลขาธิการมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่



กล่าวว่า ปัจจุบันพบเด็กไทยสูบบุหรี่สูงถึง 1.5 แสนคนต่อปี โดยแบ่งเป็นอายุ 15-18 ปี สูบบุหรี่ถึง 3 แสนคนต่อปี และอีก 1.2 แสนคนอยู่ในช่วงอายุ 19-24 ปี โดยอายุของคนสูบบุหรี่จะลดลงเรื่อยๆ เมื่อเฉลี่ยจะอยู่ที่ 18 ปี ซึ่งที่ผ่านมา

มีการสำรวจพบว่าประมาณ 1 ใน 10 ของผู้เริ่มสูบบุหรี่มีอายุน้อยกว่า 10 ขวบ โดย 2 ใน 3 ของคนที่สูบจะติดบุหรี่ไปแล้ว ถือเป็นสถิติที่น่าตกใจ เพราะใน 4 ปีล่าสุดสถิติเหล่านี้คงที่และไม่เคยลดลงเลย ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เป็นเช่นนี้เพราะบริษัทบุหรี่มีกลยุทธ์เพื่อผลิตบุหรี่ยี่ห้อใหม่ๆ รสชาติใหม่ๆ ขึ้นมาหลากหลายจนทำให้เด็กและเยาวชนสามารถเข้าถึงบุหรี่ได้ง่ายขึ้น แถมยังมีราคาถูกอีกด้วย

ฉะนั้นการป้องกันให้เด็กไม่สูบบุหรี่จึงเป็นเรื่องที่ต้องเร่งทำ เพื่อเป็นการลดจำนวนนักสูบหน้าใหม่ลง โดยงานวิจัยจากต่างประเทศหลายๆ ชิ้นในสหรัฐอเมริกาบอกว่า **ผู้ที่จะรณรงค์กับวัยรุ่นได้ดีที่สุดก็คือวัยรุ่นด้วยกันเอง** การประกวดภาพยนตร์โฆษณา "คนรุ่นใหม่ ไม่สูบบุหรี่" จึงเกิดขึ้นเพื่อต้องการให้วัยรุ่นเป็นผู้บอกและสื่อสารระหว่างกัน ซึ่งจะได้ผลมากกว่าการที่ผู้ใหญ่เข้าไปบอกลดช่องว่างในการสื่อสารลงได้ แต่หากเป็นเรื่องที่เด็กคิดทำ เมื่อส่งต่อเด็กที่เป็นผู้รับจะเข้าใจและโดนใจมากกว่าโดยเฉพาะเรื่องของบุหรี่ เมื่อนำไปรณรงค์ผ่านสื่อไม่ว่าจะเป็นสื่อวิทยุ โทรทัศน์ หรือแม้แต่ในสื่อสิ่งพิมพ์อย่างต่อเนื่อง ปัญหาการเพิ่มจำนวนของนักสูบหน้าใหม่รวมทั้งการอยากเลิกสูบบุหรี่ในเด็กก็จะได้ผลขึ้น

จับมือ "ป๊องส์" ได้เวลาฉายแวว

'ป๊องส์' เปิดรับเยาวชนฝีมือ **'เจ๋ง'** ประกวดผลงานโฆษณาหัวข้อ **'คนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่'** คัดเลือก 20 ทีมเข้าเวิร์คช็อปกับครีเอทีฟมืออาชีพ เพื่อพัฒนาผลงานแล้วคัดเลือก 10 ทีมสุดท้ายผลิตงานจริงมาประกวดรอบชิงชนะเลิศ ขึ้นได้ **'เนียบ'** เข้าตาได้เผยแพร่เพื่อรณรงค์จริงจังทั่วประเทศ หวังลดนักสูบหน้าใหม่ด้วยสื่อ **'จากเด็กถึงเด็ก'**

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ จับมือสมาคมโฆษณาแห่งประเทศไทย ภายใต้การสนับสนุนทุนจากโครงการป๊องส์ สสส. จัดโครงการประกวดภาพยนตร์โฆษณารณรงค์ภายใต้หัวข้อ **'คนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่'** ขึ้น

ก็เป็นอีกหนึ่งสื่อสร้างสรรค์ที่ได้เปิดโอกาสให้นิสิต นักศึกษาทั่วประเทศได้ปล่อยของกันอย่างเต็มที่ และในอีกไม่ช้าคงจะได้ชมผลงาน ป๊องส์ เจ๋งๆ ของคนรุ่นใหม่ที่จะผลิตสื่อรณรงค์ที่โดนใจคนวัยเดียวกันที่สื่อสารกันเองได้อย่างเข้าใจ ซึ่งหมายถึงการประกวดสื่อสร้างสรรค์วัยมันไว้ควันบุหรี่ ครั้งที่ 5 ที่จะได้ผลงานในประเภทโปสเตอร์ หนังสือการ์ตูน และการ์ตูนแอนิเมชันตามสโลแกนของโครงการว่า **'ความคิดเล็กๆ สร้างสิ่งยิ่งใหญ่ให้สังคมไทย'**



||
ผู้ที่จะรณรงค์กับ วัยรุ่นได้ดี
ที่สุด ก็คือ วัยรุ่นด้วยกันเอง
||

นายมานพ แยมอุทัย

ผู้ทรงคุณวุฒิ สสส.

"ปี๋ส" เป็นโครงการ สื่อสร้างสรรค์ของเยาวชนภายใต้แนวคิดที่ว่า **'ความคิดเล็กๆ สร้างสิ่งที่ยิ่งใหญ่ให้กับสังคมได้'** ซึ่งความโดดเด่นในปีนี้คือการได้รับความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายต่างๆ มาร่วมกันพัฒนาโจทย์เกี่ยวกับสุขภาพ หรือเรื่องของสังคม ทั้งการรณรงค์ บุหรี่ การเมาไม่ขับ ไม่ดื่มเหล้า หรือแม้แต่การรับประทานอาหารหรือโภชนาการที่ดี แล้วใช้สื่อสร้างสรรค์แบบต่างๆ มาต่อยอดให้เยาวชนก้าวสู่การเป็นมืออาชีพ และที่สำคัญคือ ต้องการให้ผลงานที่เยาวชนผลิตขึ้นมาสามารถนำมาเผยแพร่ได้จริงอย่างที่วัยรุ่นเรียกกันว่า **'เนียน'** ได้



คนทำโฆษณาบุหรี

บทบาทของสมาคมโฆษณาในการสร้างสรรค์สังคมปลอดบุหรี

คุณวิวัฒน์ ชัยปาณี

นายกิตติมศักดิ์สมาคมโฆษณาแห่งประเทศไทย

● ความคิดเห็นต่อปัญหาการสูบบุหรี่ของเยาวชนไทยที่เพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน

เป็นเรื่องที่น่าแปลก

ใจที่คนไทยโดยเฉพาะคนรุ่นใหม่ ตื่นตัวเรื่องสุขภาพกันมากขึ้น แต่กลับมีเยาวชนและคนทำงาน ใหม่สูบบุหรี่มากขึ้นโดยเฉพาะผู้หญิง ทั้งๆ ที่บุหรีเป็นสินค้าประเภทที่ถูกห้ามโฆษณาอย่างสิ้นเชิง และมีการรณรงค์อยู่เป็น ระยะะ จึงมองเห็นว่า**ต้องมีการรณรงค์ที่จริงจังต่อเนื่องมากขึ้นเพื่อสร้างทัศนคติอย่างถาวรว่าบุหรีเป็นสิ่งที่ผิด** คนสูบบุหรี ไม่ใช่คนเทเป็นที่ยกย่องและเป็นภัยต่อคนรอบข้าง

● เหตุผลของการร่วมเป็นภาคีหลักในการจัดกิจกรรมนี้

เรามีบุคลากรชั้นนำในวงการโฆษณาที่มีความสามารถด้านความคิดสร้างสรรค์ และถูกจัดอันดับอยู่ในอันดับต้นๆ ของโลก รวมทั้งมีบุคลากรรุ่นใหม่ ๆ ที่กำลังเป็นดาวรุ่งพุ่งแรง และได้เข้าไปสอน เข้าไปจัดกิจกรรมกับนักศึกษา และมหาวิทยาลัยต่างๆ เพื่อพัฒนาคณะรุ่นใหม่ให้เป็นบุคลากรของวงการโฆษณาที่มีอนาคต ดังนั้น เมื่อ สสส. มีกิจกรรมรณรงค์ไม่สูบบุหรี จึงอาสาเข้ามามีส่วนร่วมตรงนี้ด้วยความเชื่อมั่นว่า จะสามารถสร้างสรรค์กิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม และ



เป็นส่วนหนึ่งในการทำให้เยาวชนและคนรุ่นใหม่ปรับเปลี่ยนทัศนคติ และลดคนสูบบุหรีให้น้อยลง

● รายละเอียดการมีส่วนร่วมของสมาคมในกิจกรรมนี้

ร่วมกันคัดเลือกงานที่ดีที่สุด 20 ทีม แล้วให้ 20 ทีม นั้นมีโอกาสมาเข้าร่วมเวิร์คช็อปกับครีเอทีฟมืออาชีพ เพื่อปรับปรุงงานให้คมชัดและแข็งแรงขึ้น แล้วคัดเพียง 10 ทีมสุดท้ายที่จะได้รับงบประมาณไปผลิตงานจริงมาประกวดในรอบชิงชนะเลิศ

● ความคาดหวังที่มีต่อกิจกรรมนี้

- ให้เกิดการตื่นตัวในหมู่เยาวชน นักศึกษา
- ให้ได้มุมมอง และความคิดในการรณรงค์แก้ปัญหาจากนักศึกษาซึ่งเป็นเยาวชน เป็นกลุ่มที่ประสบปัญหาเกี่ยวกับเรื่องการสูบบุหรี
- ให้ได้วัสดุโฆษณาไปเผยแพร่รณรงค์ไม่ให้สูบบุหรี โดยจะนำไปเผยแพร่ในสื่อต่างๆ ต่อไป
- ให้เกิดทัศนคติในกลุ่มเยาวชนให้ต่อต้านการสูบบุหรี สร้างทัศนคติรับผิดชอบต่อสังคม และอยากทำตัวเป็นประโยชน์ต่อสังคม

เปิดเวทีชวนส่งผลงานสื่อสร้างสรรค์วัยมันไว้ควันบุหรี

เปิดเวทีต่อเนื่องถึง 2 กิจกรรม สำหรับน้องๆ ที่มีฝีมือในการสร้างสรรค์สื่อรณรงค์ไม่สูบบุหรี

เริ่มจาก โครงการประกวดสื่อสร้างสรรค์วัยมันไว้ควันบุหรี ครั้งที่ 5 ซึ่งถวียพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในหัวข้อ "สังคมไร้ควัน...แบ่งปันสุข" ที่เปิดโอกาสสำหรับน้องๆ ระดับมัธยมปลาย-ปริญญาตรีเลือกส่งผลงานเข้าประกวดได้ 3 ประเภทคือ โปสเตอร์ หนังสือการ์ตูน และแอนิเมชัน หมดเขตรับผลงาน 15 มี.ค.

กิจกรรมที่สองก็ท้าทายไม่น้อย คือ โครงการประกวดโฆษณารณรงค์ไม่สูบบุหรี ที่ได้นำเสนอมาแล้วในเบื้องต้น

ปี 2554 ถือฤกษ์ปีกระต่ายเลิกระบุนหรืออีกสักครั้ง ลองทำให้สำเร็จก่อนที่จะไม่มีโอกาสฉลองปีใหม่ปีต่อไปเพราะภัยมะเร็งไตคุกคาม

นพ.วิเชียร ศรีบุญนกรัตน์ หัวหน้าสาขาเคมีบำบัดภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาลยอมรับว่า ในวงการแพทย์ยังไม่ทราบชัดเจนถึงต้นเหตุของมะเร็งไต ทำให้ไม่สามารถระบุวิธีป้องกันได้แน่ชัด แต่การสูบบุหรี่และโรคอ้วนถูกจัดอันดับให้เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งไต

มะเร็งไตกับการสูบบุหรี่

การเลิกสูบบุหรี่ ควบคุมน้ำหนักตัวไม่ให้อ้วนด้วยการออกกำลังกาย รับประทานผัก ผลไม้ ถือเป็นแนวทางห่างไกลความเสี่ยงเทียบเท่ากับมะเร็งชนิดอื่นแล้ว มะเร็งไตยังมียุบัติการณ์น้อยกว่า แต่ก็มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี ส่วนใหญ่มักตรวจเจอโดยบังเอิญจากการตรวจเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์ อัลตราซาวนด์จนถึงเอ็มอาร์ไอที่สามารถมองเห็นเป็นก้อนเนื้อหรืออาจมีลักษณะเป็นซิสต์ที่บริเวณไต

ทุกวันนี้ยังไม่มียาระบบคัดกรองตรวจหามะเร็งไตเหมือนโรคทั่วไป สิ่งที่คุณทำได้คือการสังเกตอาการผิดปกติในร่างกายตนเอง เช่น มีอาการปัสสาวะเป็นเลือด ปวดเอว คลำเจอก้อนที่บริเวณเอวด้านใดด้านหนึ่ง อ่อนเพลีย ซีด มีไข้เรื้อรัง เบื่ออาหาร น้ำหนักตัวลด แต่ถึงอย่างนั้นไม่ได้หมายความว่าคนที่ มีอาการดังกล่าวจะเป็นมะเร็งไต

“อาการปัสสาวะเป็นเลือดไม่ได้เฉพาะเจาะจงว่าเป็นมะเร็งไตอย่างเดียว ภาวะอื่นก็ทำให้เกิดได้ เช่น นิ่วในไต มะเร็งที่กระเพาะปัสสาวะ ดังนั้นหากมีอาการผิดปกติผู้ป่วยควรมหาหมอ แต่ไม่แนะนำให้ตรวจเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์ อัลตราซาวนด์ เพื่อค้นหามะเร็งไตเนื่องจากโอกาสพบน้อยและไม่คุ้มค่ากับค่าใช้จ่ายที่เสียไป

โดยทั่วไปทางแพทย์แบ่งระยะของมะเร็งไตออกเป็น 4 ระยะคือ

ระยะที่ 1 คือ จะมีขนาดก้อนน้อยกว่า 7 ซม. และอยู่เฉพาะในไตยังไม่ได้ลามออกข้างนอก แนวทางการรักษาจะได้ผลดี คนไข้จะมีชีวิตอยู่รอดเกิน 5 ปีขึ้นไปกว่า 90%

ระยะที่ 2 คือ จะมีขนาดก้อนมากกว่า 7 ซม. แต่ยังอยู่เฉพาะในไต ผลการรักษาโอกาสมีชีวิตอยู่รอดเกิน 5 ปี 85%

■ **ทุกคนสามารถลดความเสี่ยงได้ โดยการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ หรือพฤติกรรมก่อให้เกิดโรคอ้วนที่เป็นภาวะเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งไต** ■



ระยะที่ 3 มะเร็งไตอาจมีการลุกลามไปยังเส้นเลือดดำที่อยู่ข้างเคียงหรือต่อมหมวกไต หรือต่อมน้ำเหลือง 1 ต่อมซึ่งผลการรักษาโอกาสมีชีวิตอยู่รอดเกิน 5 ปี อยู่ที่ 60%

ระยะที่ 4 มะเร็งไตมีการลุกลามออกไปยังอวัยวะข้างเคียง หรือกระจายไปต่อมน้ำเหลืองมากกว่า 1 ต่อมนั้นไปหรือแพร่กระจายไปที่อวัยวะอื่น เช่น ตับ ปอด กระดูก ผิวหนัง สมอง เป็นต้น ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีชีวิตอยู่ไม่เกิน 5 ปี เพียง 10% เท่านั้น

สำหรับแนวทางปฏิบัติปัจจุบันการรักษาด้วยเคมีบำบัดเริ่มมีบทบาทน้อยลงเนื่องจากมะเร็งเป็นชนิดค่อนข้างดื้อต่อเคมีบำบัด เพราะโอกาสตอบสนองต่อยามีน้อยเพียง 10-20% ส่วนการเพิ่มภูมิคุ้มกันของร่างกาย พบว่า มีผลข้างเคียงค่อนข้างมาก และโอกาสที่ร่างกายจะตอบสนองอยู่ในเกณฑ์ต่ำ

แพทย์ศิริราชย้ำว่า แม้ยังไม่ทราบสาเหตุการเกิดมะเร็งไตที่ชัดเจน แต่ทุกคนสามารถลดความเสี่ยงได้โดยการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ หรือพฤติกรรมก่อให้เกิดโรคอ้วนที่เป็นภาวะเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งไต



ลอนดอน - เจนีวา ปลอดบุหรี่

(ตอนจบ)



ฉบับที่แล้วผมพูดถึงกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในร้านอาหารของประเทศอังกฤษ ว่าเข้มแข็งอย่างไร มาดูซิว่าประเทศต่อไปที่ผมจะได้มีโอกาสไปเยือนกฎหมายจะเป็นอย่างไร ในเช้าวันที่ 14 มีนาคม ผมออกเดินทางจากโรงแรมไปขึ้นรถไฟใต้ดินเพื่อไปสนามบินฮีทโธรว์ลอนดอน ใช้เวลาบินชั่วโมงครึ่งก็ถึงเจนีวา

เป็นการมาเจนีวาครั้งที่ 10 ในชีวิตผม

มาเที่ยวนี้จะผัดกับเที่ยวก่อนๆ เพราะได้ข่าวว่าเจนีวา ห้ามสูบบุหรี่ในภัตตาคารแล้ว ตั้งแต่ต้นปีที่ผ่านมา ผมจึงอยากดูว่าเขาทำได้หรือไม่ อย่างไร

คนสวีตเซอร์แลนด์เป็นคนแปลก แปลกที่เขาให้ความสำคัญกับสิ่งแวดล้อมมาก เมื่อผมมาสวีตครั้งแรกเมื่อสิบห้าปีก่อน ก็ได้เล่าว่า เขามีกฎหมายว่าใครจะตัดต้นไม้ต้องขออนุญาตทางการก่อน และตัดหนึ่งต้นต้องปลูกหนึ่งต้น

อากาศที่สวีตสะอาดกว่าที่อื่น ๆ เพราะเป็นภูเขาและคนสวีตรักธรรมชาติ

แต่ที่ไปมา 9 ครั้ง ก่อนหน้านี้อีก ยังเห็นคนสวีตสูบบุหรี่ในภัตตาคาร ซึ่งเป็นเรื่องแปลก เพราะประเทศอื่นๆ เขาห้ามสูบบุหรี่ในภัตตาคารมาพักใหญ่แล้ว

แต่เพราะคนสวีตเป็นคนรักอิสระ และมีทัศนคติว่าให้อิสระเสรีในการที่จะเป็นคนสูบบุหรี่หรือไม่

ประกอบกับอิทธิพลของลัทธิบริวารกษัตริย์ ทำให้การผ่านกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในภัตตาคารค่อนข้างล่าช้า

แต่เที่ยวนี้ประจําติดคนสวีต สนับสนุนการห้ามสูบบุหรี่ในภัตตาคารสิ่งที่เห็นเที่ยวนี้ในเจนีวาคือภัตตาคารต่างๆ มีการติดสติ๊กเกอร์ห้ามสูบบุหรี่

และใน 7 วันที่อยู่ที่เจนีวาไม่เห็นคนสูบบุหรี่ในภัตตาคารเลย เห็นแต่คนยืนสูบบุหรี่อยู่ข้างนอกอาคาร และตามถนนมีกันบุหรี่

เคลื่อนไปหมดก็เป็นเรื่องที่ไม่ว่าเพราะกฎหมายเขาห้ามสูบบุหรี่ในอาคาร ไม่ได้ห้ามข้างนอกอีกเช่นกัน จากสายตาที่เห็นแสดงถึงการเคารพกฎหมายของคนสวีต

การเจรจาพิชิตการควบคุมบุหรี่หนีนานี้ เจรจากันเข้มข้นมาก มีการเจรจากากกลางคืน บางคืนเจรจากถึงเที่ยงคืน มีความคืบหน้าบ้าง แต่ยังไม่สามารถบรรลุข้อตกลงได้ ต้องไปเจรจากันต่อปลายปีที่ประเทศอูรุกวัย

ซึ่งการเจรจาครั้งนี้เป็นครั้งที่ 4 แล้วตั้งแต่สองปีที่ผ่านมา หากสามารถเจรจากตกลงกันได้จะเป็นพิธีสาร ซึ่งเป็นกฎหมายระหว่างประเทศ ที่ประเทศต่างๆ ที่เป็นภาคีสัญญาควบคุมยาสูบองค์การอนามัยโลก 168 ประเทศต้องยึดถือปฏิบัติ และร่วมมือซึ่งกันและกันในการแก้ปัญหาบุหรี่หนีนานี้

เพราะการปราบปรามบุหรี่หนีนานี้ ผู้ที่เสียประโยชน์ก็มีแต่ผู้ที่ค้ายาสูบหนีนานี้ และบริษัทบุหรี่เท่านั้น ส่วนหนึ่งของสังคมได้ประโยชน์หมด

ผมบินออกจากเจนีวา วันที่ 20 มีนาคมเปลี่ยนเครื่องที่ลอนดอนกลับมาถึงสุวรรณภูมิเช้าวันที่ 21 มีนาคม กลับบ้านเปลี่ยนเสื้อผ้าแล้วกลับไปสนามบินสุวรรณภูมิใหม่ เพื่อขึ้นเครื่องบินร่วมคณะผู้แทนจากกระทรวงศึกษาธิการไปดูงานที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการพัฒนาคุณภาพการศึกษาฮ่องกง (Quality Education Fund)

ที่รัฐบาลกำลังเตรียมเสนอร่างกฎหมายเพื่อตั้งกองทุนลักษณะเดียวกันเพื่อเป็นอีกหนึ่งกลไกในการปฏิรูปการศึกษาเหมือนกับ สสส. ที่สนับสนุนงานด้านสุขภาพ สนับสนุนงานของกระทรวงสาธารณสุข

กองทุนใหม่นี้ ฟูต่งง่าย ๆ ก็คือ กองทุน สสส. ด้านการศึกษา จะสนับสนุนนวัตกรรมที่จะทำให้นักเรียนการสอนดีขึ้นโดยไม่เน้นการสนับสนุนวัตถุ ซึ่งต้องไปขอจากงบประมาณปกติ

ผมเข้าไปเกี่ยวข้องเพราะท่านนายกอบิลสิทธิ์ เวชชาชีวะ ให้นำประสบการณ์การก่อตั้ง สสส. มาช่วยในการก่อตั้งกองทุนพัฒนาคุณภาพการศึกษา

ด้วยความยินดี เพราะเป็นนโยบาย ที่ดีแก่ลูกหลานไทย รวมทั้งหลานของผมเอง





เครือข่ายเฝ้าระวัง อุตสาหกรรมยาสูบอาเซียน

SEATCA Tobacco Industry Surveillance and Monitoring Network (SIS) ตอนที่ 1

เครือข่ายเฝ้าระวังอุตสาหกรรมยาสูบอาเซียนก่อตั้งขึ้นในช่วงปลายปี 2549 โดยเครือข่ายนักณรงค์เพื่อการควบคุมยาสูบอาเซียน (Southeast Asia Tobacco Control Alliance, SEATCA) ร่วมมือกับเคลียร์เฮาส์ เพื่อการควบคุมยาสูบ (Clearinghouse for Tobacco Control) มหาวิทยาลัยเซนส์มาเลเซีย (University Sains Malaysia)



เพื่อดำเนินการเฝ้าระวังบริษัทบุหรี่ใน 7 ประเทศในภูมิภาคอาเซียน ได้แก่ กัมพูชา อินโดนีเซีย ลาว มาเลเซีย ฟิลิปปินส์ ไทย และเวียดนาม โดยแรกเริ่มได้รับการสนับสนุนด้านงบประมาณจากมูลนิธิรีดค็อกฟีลเลอร์ และกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ต่อมาได้รับทุนสนับสนุนจากมูลนิธิฮิลมเบิร์ก

เครือข่ายเฝ้าระวังอุตสาหกรรมยาสูบอาเซียนได้ดำเนินการเฝ้าระวังกิจกรรมต่างๆ ของบริษัทบุหรี่เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงนโยบายสาธารณะ ตัวอย่างเช่น ในประเทศซึ่งไม่มีกฎหมายควบคุมยาสูบ ผลจากการเฝ้าระวังจะช่วยผลักดันให้มีการริเริ่มการออกกฎหมาย และในประเทศที่มีกฎหมายควบคุมยาสูบอยู่แล้ว การเฝ้าระวังนี้ช่วยให้มีการจัดตั้งระบบสำหรับการติดตามการฝ่าฝืนหรือการละเมิดกฎหมายของอุตสาหกรรมนี้

แต่ละประเทศที่มีส่วนร่วมในเครือข่ายนี้ใช้เครื่องมือที่เป็นมาตรฐานเดียวกันในการเก็บรวบรวมข้อมูลอย่างต่อเนื่อง ระบบการรายงานข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตถูกพัฒนาเพื่อรวบรวม และบันทึกข้อมูลกิจกรรมต่างๆ ของบริษัทบุหรี่ภายในประเทศนั้นๆ และของภูมิภาคให้ทันสมัยและทันต่อเหตุการณ์

เนื่องจากประเทศกลุ่มอาเซียนเกือบทุกประเทศได้ให้สัตยาบันในกรอบอนุสัญญาว่าด้วยการควบคุมยาสูบองค์การอนามัยโลก (WHO Framework Convention for Tobacco control, FCTC) ซึ่งการลงสัตยาบันเป็นเสมือนเครื่องมือสำคัญในการผลักดันให้รัฐบาลของประเทศเหล่านี้ให้ดำเนินการควบคุมยาสูบให้มีความก้าวหน้ามากขึ้น

อย่างไรก็ตาม ในขณะเดียวกันการได้รับข้อมูลเฝ้าระวังที่ถูกต้องและทันต่อเหตุการณ์จะช่วยในการตอบโต้บริษัทบุหรี่ที่สามารถทำได้อย่างมีประสิทธิภาพและทันทั่วถึง ซึ่งกิจกรรมการเฝ้าระวังนี้ก็เป็นหนึ่งในข้อกำหนดตามกรอบอนุสัญญาว่าด้วยการควบคุมยาสูบขององค์การอนามัยโลก หรือ FCTC ด้วย

(อ่านต่อฉบับหน้า)





กว่า..! จะเป็นพระเอก

(ตอนสอง)

เพื่อนคนแรกที่ผมพยายามให้เขาเลิกบุหรีชื่อ กอล์ฟ ตอนนั้น เรียนมอปลาย ผมเรียนในเมืองจึงต้องอยู่หอพักกับเพื่อนสามคน เพื่อนสองคนของผมนั้นสูบบุหรี่ทั้งนั้น นอกจากบุหรีก็ยังสูบอื่นๆ ด้วย โดยแอบผมไปสูบเพราะพวกมันรู้ว่าผมไม่ชอบคนสูบบุหรี่กอล์ฟนั้นเกรงใจผมมาก เพราะกอล์ฟเป็นคนมีมารยาทถูกเลี้ยงมาดี เขาจึงค่อยๆ แอบออกไปสูบไม่ให้ผมรู้แต่ผมก็รู้เพราะเวลาเขากลับเข้าห้องมาที่ไรเหม็นหัวเหม็นผมมาทุกครั้ง เสื้อผ้าก็เหม็นด้วยผมบอกเขาว่าตัดใจเอาเลย กอล์ฟก็บอกว่าเอาเถอะจะพยายาม ผมก็ไม่พูดมากสงสารเพื่อนเหมือนกัน เพราะท่าทางจะสูบมานานแล้วจะให้เลิกง่ายๆ คงยากอยู่ แต่ผมบอกเขาว่าจะเอาใจช่วยนะ ทำสำเร็จเมื่อไหร่เราจะฉลองกันเขาบอกจะให้อะไรเขา ผมบอกจะให้บุหรีตราแมวดำหกกล่อง เขาตาโต งง! ผมบอกว่าขนมบุหรีตราแมวดำใจละ หวานหอมอร่อยกินได้ไม่มีควัน เขาก็หัวเราะท่าทางจะทำให้ได้ผมก็ดีใจ

วันหนึ่งมีเพื่อนต่างห้องเรียนมาเที่ยวที่ห้องพักของพวกเรา เขาสูบบุหรี่มาด้วย พอมาถึงก็เข้ามาในห้องผมนั่งอ่านหนังสืออยู่ ควันบุหรีเขาเหม็นมาก พอหมดมวนผมก็คิดว่าเอาวะอดทนเอา มันคงไม่สูบอีกแล้ว ที่ไหนได้พอหมดมวนนั้นเพื่อนยังเอาออกมาจุดสูบอีก ในห้องที่พวกเราไม่เคยมีใครกล่าสูบเพราะผมไม่ยอมให้เพื่อนสูบในห้อง เพราะมันเหม็นและทำลายปอดพวกเราด้วย กอล์ฟทำหน้าไม่ค่อยดีเมื่อเห็นผมลุกจากที่นั่งอ่านหนังสือ ผมขอร้องเพื่อนคนนั้น (ที่จริงไม่ใช่เพื่อนผม) ว่าอย่าสูบบุหรี่ในห้องผมเลย ผมไม่เคยให้ใครมาสูบเพราะเสียสุขภาพ เสื้อผ้าในห้องก็เหม็น และอีกอย่างผมไม่ชอบเป็นมะเร็ง

แทนที่นายคนนั้นจะเลิกสูบกลับหัวเราะเสียงดังลั่นห้อง มองหน้าผมอย่างสมเพชเวทนา แล้วก็ยังไม่เชื่อ ฟันควันใส่ผมเสียอีก ผมเหลืออดจริงๆ เลยสวนด้วยหมัด คราวนี้ก็เกิดศึกภายในห้องท่ามกลางควันบุหรีของเขา ผมประเคนหมัดใส่จนเขาถอยร่นไปนอกห้อง พอพวกเขาออกไปผมกับเพื่อนก็ทะเลาะกันอย่างแรง ในที่สุดกอล์ฟก็เลือกเพื่อนไว้ก่อน และเขาก็เลิกสูบบุหรี่ตั้งแต่วันนั้น

ผมถือว่ากอล์ฟเป็นเพื่อนรักของผมคนหนึ่ง คือคำว่าเพื่อนนี้ไม่ใช่จะเรียกขานหรือยอมรับกันง่ายๆ ผมกับกอล์ฟที่คบกันมานานจนวันนี้เพราะกอล์ฟรักและเกรงใจเพื่อน รู้ว่าเพื่อนห่วงใยในสุขภาพก็พยายามที่จะอดบุหรี ผมให้กำลังใจเพื่อนด้วยการซื้อลูกอมให้เพื่อน และเขียนโน้ตให้กำลังใจเพื่อนทุกวัน โดยโน้ตสั้นๆ วางไว้ที่โต๊ะอ่านหนังสือบ้าง โต๊ะอาหารบ้าง โต๊ะเรียนบ้าง ข้อความก็ให้กำลังใจว่า **วันนี้อมอ้มหรือยัง, ไซโยวันนี้ปอดสะอาดอีกแล้วเพื่อน, เอาลูกอมหัวใจไปใส่ปาก, รักเพื่อนจัง, เฮ้ย...เพื่อนทำได้เจ๋งจริง, ขนาดนั่งไกลๆ ลมหายใจเพื่อนยังหอมถึงเราเลย ปากสะอาดแบบนี้สาวที่ไหนก็รักนะเพื่อน, วันนี้ผมยังหอมอยู่ไม่ต้องสระเปลี่ยนแชมพู, โอ้โฮ! เลื้อยหอมอยู่เลยเพื่อน ไซโย...**

เนี่ย แบบนี้ละครับ ผมทำกับเพื่อนแล้วก็ชนะใจเพื่อนมาหลายคนแล้ว แม้บางคนจะด่าผมก่อน ผมก็ทนได้เพราะอย่างนี้แหละครับ ผมจึงเป็นพระเอกในหัวใจเพื่อนมาตั้งแต่เรียนมัธยมแล้ว...

ว่า...วันนี้เนื้อที่หมดอีกแล้วครับวันหน้าจะมาเล่าให้ฟังใหม่นะครับ เรื่องราวของพระเอกอย่างผมมีเยอะแยะ โดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับปอดที่ผมมีเรื่องมาเล่าเยอะเลยคอยหน่อยนะครับ.....



"ในละตินอเมริกา มาร์ลโบโร เรด มีเสน่ห์ดึงดูดใจผู้สูบบุหรี่วัยหนุ่มสาวตอนต้นและผู้เริ่มสูบบุหรี่ใหม่อย่างมาก...เคล็ดลับก็คือ รสชาติที่ยอมเยา..."

บริษัทฟิลลิป มอร์ริส พ.ศ.2537

โรงงานยาสูบสปอนเซอร์หนัง...

กรณีที่มีผู้ร้องเรียนผ่านโกลบอลลิงค์ (Global link) เครือข่ายพรรคไม่สูบบุหรี่ระบบอิเล็กทรอนิกส์ เป็นข่าวไปทั่วโลกว่า ทำไม! รัฐบาลไทยจึงปล่อยปละละเลยให้โรงงานยาสูบไทยเป็นหนึ่งในสปอนเซอร์หนังเรื่อง **"ภูเก็ต"** ที่ส่งเข้าประกวดที่งานเทศกาลภาพยนตร์แวนคูเวอร์ประเทศแคนาดา

การกระทำดังกล่าวเป็นการละเมิดไม่ปฏิบัติตามพันธกรณีที่ประเทศไทยมีภายใต้อนุสัญญาควบคุมยาสูบองค์การอนามัยโลก ที่ประเทศไทยเป็นภาคีสมาชิกโดยในมาตรา 13 ของอนุสัญญาที่เกี่ยวกับการห้ามโฆษณาและส่งเสริมการขายยาสูบ ระบุให้รัฐบาลกำหนดให้ภาพยนตร์แต่ละเรื่องที่มีฉากสูบบุหรี่มีการประกาศอย่างชัดเจนว่าไม่ได้รับการสนับสนุนใดๆ จากบริษัทบุหรี่

ในขณะที่มาตรา 5.3 ของอนุสัญญาที่เกี่ยวกับการป้องกันการแทรกแซงนโยบายสาธารณะจากบริษัทบุหรี่กำหนดให้ประเทศภาคีสมาชิกห้ามบริษัทบุหรี่ให้การสนับสนุนบริจาคหรืออุปถัมภ์กิจการใดๆ เพราะเป็นการโฆษณาทางอ้อมมีผลบวกต่อค่านิยมของการสูบบุหรี่และกระทบต่อการกำหนดนโยบายควบคุมยาสูบ กรณีที่ยังไม่สามารถออกกฎหมายห้ามการบริจาคหรือการสนับสนุนกิจกรรมของบริษัทบุหรี่ก็ให้ออกกฎหมายห้ามการประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ ที่รับการสนับสนุนหรืออุปถัมภ์จากบริษัทบุหรี่

ประเทศแคนาดาเป็นประเทศที่ควบคุมยาสูบเข้มแข็งที่สุดในโลก โดยเป็นประเทศแรกที่ออกกฎหมายให้บริษัทบุหรี่ต้องพิมพ์คำเตือนบนซองบุหรี่เป็นรูปภาพบังคับให้บริษัทบุหรี่ต้องเปิดเผยสาร



ปรุ้งแต่งที่ใช้ผลิตบุหรี่ และห้ามตั้งซองบุหรี่ที่จุดขายที่ขณะนี้ประเทศต่างๆ ปฏิบัติตาม การกระทำของโรงงานยาสูบทำให้ประเทศไทยตกเป็นเป้าหมายจากประเทศต่างๆ เพราะเป็นที่รู้จักกันทั่วโลกว่าบริษัทบุหรี่มีการว่าจ้างให้ผู้ผลิตหรือดารายาสูบบุหรี่ในภาพยนตร์ แต่บริษัทบุหรี่ที่อื่นเขาก็ไม่ทำกันอย่างเปิดเผย ดังเช่นที่เห็นในไตเติ้ลหนังเรื่อง **"ภูเก็ต"**

ที่ผ่านมาประเทศไทยมีกฎหมายห้ามการส่งเสริมการขายการอุปถัมภ์กิจกรรมทุกรูปแบบและห้ามบริษัทบุหรี่ซึ่งรวมถึงโรงงานยาสูบประชาสัมพันธ์การสนับสนุนกิจกรรมต่างๆ ผ่านสื่อ วิทยุ โทรทัศน์ตั้งแต่ พ.ศ.2548 แต่บริษัทบุหรี่อาศัยช่องว่างของกฎหมายทำการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสิ่งพิมพ์และตามโรงภาพยนตร์ โดยประกาศว่าเป็นผู้สนับสนุนการผลิตเพลงสรรเสริญพระบารมี ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่เหมาะสมอย่างยิ่ง โดยมีผู้ที่โทรศัพท์มาแจ้งที่มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่เป็นระยะ และหวังว่ากระทรวงการคลังจะได้กำชับโรงงานยาสูบให้ปฏิบัติตามกฎหมายอย่างเคร่งครัด เพื่อไม่ให้ประเทศไทยเสื่อมเสียภาพพจน์มากกว่านี้



เรื่องที่คุณอาจไม่รู้ เกี่ยวกับสัญญาของบริษัทบุหรี่

ในระบุข้อสัญญาระหว่าง ซิลเวสเตอร์ สตอลโลน กับบริษัทบราวน์ แอนด์ วิลเลียมสัน มีเนื้อความว่า "ผม (สตอลโลน) ยินยอมที่จะใช้บุหรี่ของบริษัทบราวน์ แอนด์ วิลเลียมสัน ในหนังที่ผมแสดงไม่ต่ำกว่า 5 เรื่อง โดยในการว่าจ้างครั้งนี้ บราวน์ แอนด์ วิลเลียมสัน จะจ่ายเงินจำนวนเงินทั้งสิ้น 500,000 เหรียญสหรัฐฯ"

และไม่ใช่แค่สตอลโลนคนเดียว บริษัทบุหรี่ยักษ์ใหญ่หลายแห่งต่างเคยจ้างเหล่าดาราดังในยุคทองฮอลลีวู้ด เพื่อให้เขาและเธอสูบบุหรี่ในหนังที่เล่น

ด้วยรายชื่อดาราดังอย่าง จอห์น เวย์น, คลาร์ก เกเบิล, ฮัมฟรีย์ โบการ์ด, แกรี คูเปอร์, สเปนเซอร์ เทรซี (ซึ่งทั้งหมดเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง) และอีกกว่าร้อยรายต่างถูกจ้างให้โปรโมตบุหรี่ด้วยการสูบบุหรี่ในหนัง หรือปรากฏตัวในโฆษณาบุหรี่

เช่นนี้แล้ว คงถึงเวลาที่เราต้องหันมาตั้งคำถามกับฉากสูบบุหรี่ในหนังแล้วล่ะว่า มันเป็นองค์ประกอบทางศิลปะหรือเป็นเครื่องมือให้บริษัทบุหรี่ยักษ์ใหญ่ได้โฆษณาตัวเองกันแน่

ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการตรวจสอบการจัดเรตติ้งหนังที่มีบุหรี่ โดยเข้าไปที่ www.ashthailand.or.th

ปรับโครงสร้าง ภาษีสุรา-ยาสูบ



กรมสรรพสามิตเร่งปรับโครงสร้างภาษีสุรา-ยาสูบ สร้างความเท่าเทียมระหว่างสินค้านำเข้าและผลิตในประเทศ

นายพงษ์ภาณุ เศวตรุนทร์ อธิบดีกรมสรรพสามิต เปิดเผยว่า กรมอยู่ระหว่างศึกษาการปรับโครงสร้างภาษีบาป ทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นภาษีสรรพสามิตสุรา ยาสูบ เบียร์ โดยเฉพาะภาษีสุรา มีแนวคิดจะเก็บภาษีตามปริมาณ แอลกอฮอล์ หรือดีกรีเพียงอย่างเดียว จากเดิมที่เก็บภาษีสองขา คือ ตามปริมาณ แอลกอฮอล์และมูลค่า เพื่อความเป็นธรรมเพราะผู้นำเข้าสุราจากต่างประเทศจากองค์การการค้าโลก (ดับเบิลยูทีโอ) ว่าไทยปกป้องผู้ผลิตในประเทศและอาจจะแพ้เหมือนบางประเทศมาแล้ว เช่น เกาหลีใต้

นายพงษ์ภาณุ ยังได้กล่าวอีกว่า สำหรับ พ.ร.บ.ยาสูบฉบับใหม่นั้น ในเร็วนี้จะเสนอเรื่องไปยังรมว.คลัง เพื่อปรับวิธี การจัดเก็บให้มีประสิทธิภาพและมีความเท่าเทียมกันระหว่างบุหรี่ที่ผลิตในประเทศและบุหรี่ที่นำเข้า เนื่องจากปัจจุบันการจัดเก็บภาษีสรรพสามิตจะเก็บจากราคาหน้าโรงงานหรือราคาต้นทุนนำเข้า (ซีไอเอฟ) ซึ่งผู้นำเข้าจะมีการ แจกจ่ายมาก เช่น ราคาของละ 1 หรือ 2 บาท ทำให้เสียภาษีในอัตราต่ำและจำหน่ายในไทยได้ราคาถูกกว่าบุหรี่ที่ผลิตในประเทศ จึงจะปรับวิธีการจัดเก็บใหม่ เป็นเก็บจากราคาขายปลีกแทน



ที่มา : หนังสือพิมพ์คม ชัด ลึก คอลัมน์/การศึกษา
หน้า 23 วันที่ 22 ก.พ. 2554



มหาวิทยาลัยขอนแก่นรับ จัดโซน เหล้า-บุหรี่

รศ.จิรเดช อุ้วสวัสดิ์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย (มกค.) กล่าวถึงกรณีการจัดโซนนิ่งร้านเหล้ารอบมหาวิทยาลัย ว่า มาตรการดังกล่าวเป็นแนวทางที่ดีที่ช่วยดูแลนักศึกษาไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับของมีเมา และสิ่งเสพติด แต่ก็ยังเป็นการแก้ปัญหาไม่ตรงจุด เพราะถ้าจะให้เกิดขึ้นเป็นรูปธรรมจริง รัฐบาลต้องออกเป็นนโยบาย และทุกหน่วยงานต้องดำเนินการแก้ปัญหาพร้อมกัน เช่น การจดทะเบียนร้านเหล้าก็ควรออกมาตรการใหม่ เพราะเวลานี้สามารถทำได้ง่ายมาก และเป็นการทำธุรกิจบริการที่จดทะเบียนถูกมาก เพียง 800 บาท ก็สามารถจดทะเบียนเปิดร้านเหล้าได้แล้ว หรือการจัดโซนนิ่งร้านเหล้ารอบสถานศึกษาในรัศมี 300 เมตร

มหาวิทยาลัยเอกชนหลายแห่งพยายามผลักดัน แต่กลับพบว่าร้านเหล้าอ้างว่าดำเนินการถูกต้องตามกฎหมาย มหาวิทยาลัยมีอำนาจอะไรในการให้ร้านเหล้าย้ายออกไปเป็นต้น อย่างไรก็ตาม ขณะนี้มหาวิทยาลัยทำได้อย่างเดียว คือขอความร่วมมือ และสร้างความเข้าใจ ซึ่งร้านเหล้าจะร่วมมือด้วยหรือไม่ก็ได้ จึงอยากให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะกรมสรรพสามิต กทม.เจ้าหน้าที่ตำรวจ และกรมการค้าภายใน อนุมัติให้เปิดร้านเหล้าขอให้เข้มงวดมากขึ้น

รศ.ดร.ช่วงโชติ พันธุเวช อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา (มร.สส.) กล่าวว่า ในส่วนของ มร.สส.ให้ความสำคัญกับเรื่องนี้มาก เพราะไม่ต้องการให้นักศึกษาไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดเหล่านี้ แต่ต้องยอมรับว่าเป็นเรื่องยาก เพราะไม่ว่าจะออกมาตรการใดๆ ก็จะต้องเหมือนจะแก้ปัญหาไม่รู้จบจบบลิ้น อย่างไรก็ตาม มหาวิทยาลัยได้ร่วมมือกับ สสส.รณรงค์ขึ้นป้ายประชาสัมพันธ์ วางมาตรการ ลด ละ เลิก ปहुก ผังจริยธรรม เข้าค่ายอบรม ซึ่งอาจจะไม่ได้ผลมาก แต่ก็ดีกว่าไม่ทำอะไรเลย และส่วนเรื่องการสูบบุหรี่ มหาวิทยาลัยได้จัดโซนนิ่งที่สูบบุหรี่บริเวณรอบมหาวิทยาลัย 4 จุด ที่แยกออกไปจากตึกเรียนและพื้นที่สำหรับนักศึกษา เพราะเข้าใจว่าการห้ามไม่ให้นักศึกษาสูบบุหรี่คงทำได้ยาก และเพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบทางสิ่งแวดล้อมจึงต้องจัดบริเวณให้เฉพาะ แต่หากพบว่า มีการสูบบุหรี่นอกพื้นที่จัดไว้ จะมีมาตรการลงโทษ เช่น ตักเตือน หรือหักคะแนน



ที่มา : หนังสือพิมพ์เดลินิวส์ คอลัมน์กีฬา/การศึกษาหน้า 23 วันที่ 22 ก.พ. 2554

คนต้นแบบ....

ผู้เขียนได้มีโอกาสพบกับท่านพระมหากิตติศักดิ์ โคตมสิริโส (ศ.สิยวน) วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม (วัดโพธิ์ ท่าเตียน) กรุงเทพมหานคร ในโอกาสที่ท่านได้บรรยายธรรมให้แก่ คณะกรรมการสภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

ร่วมกับชุมชนหลังวัดปทุมวนารามราชวรวิหาร ในการดำเนินงานตามโครงการนำพระทัยพระราชทาน นับว่าเป็นปาฐกถาธรรมที่เข้าใจง่าย เป็นคำสอนทั้งทางธรรมและทางโลก ทราบต่อมาว่าท่านเป็นมหาบัณฑิตกิตติมศักดิ์ปริญญาโท สาขาภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีผลงานต่างๆ มากมาย เป็นวิทยากรให้แก่มหาวิทยาลัยและองค์กรต่างๆ ทั่วประเทศ มีผลงานเขียนหนังสือจำหน่าย 49 ปกในนามปากกา **“ศ.สิยวน”** และเขียนบทความลงในหนังสือพิมพ์ไทยและต่างประเทศ รวมทั้งเป็นวิทยากรรับเชิญออกรายการโทรทัศน์ทั้งในประเทศไทยและสหรัฐฯ หลายรายการ

ดังนั้น ข้อเขียนของท่านในคอลัมน์ **“ธรรมะกับบุหรี”** ฉบับนี้ จึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจ น่าอ่าน ท่านเริ่มต้นด้วยเรื่อง “คนต้นแบบ” กล่าวถึง

๔ **ขงจื้อ** นักปราชญ์ของจีนสอนว่า “สองคนเดินมาคนหนึ่งเป็นครูของเราได้”

๔ **หลวงพ่อกุญชร** สอนว่า “หมา แมว ไก่ ที่สวนโมกข์เลี้ยงไว้ก็เป็นครูของเราได้”

๔ **พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ล้นเกล้ารัชกาลที่ 6** ทรงสอนไว้ในบทกวีพระราชนิพนธ์ว่า “ประวัติวีรบุรุษไซ้เตือนใจเราน่า ว่าอาจจะยังชมน์เลิศได้...”

๔ **พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดช** ทรงพระนิพนธ์ถึงคุณทองแดงว่า “ไม่ลืมผู้มีพระคุณที่ต่ำต้อย ไม่เหมือนคน”

ฉะนั้น ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเป็นคน สัตว์ สิ่งของ มองให้ถี่ถ้วนเป็นครูได้ทั้งสิ้น คนสมัยนี้ใช้ฉันทะไปในทางที่ผิด คือชอบแบบผิดๆ ทางศาสนาเรียกว่า คนพาล (ทุนโย เสยโยโส โหติ) ก็เลยวิริยะขยันแบบผิด ทำให้ตัวเองตกต่ำลงจนกลายเป็น คนขาลง เช่น มีฉันทะในเหล้า บุหรี่ การชักนำไปในทางที่ผิด ทางศาสนาก็เรียกว่า คนพาล (อนยนิ ทุเมโธ)



สับสนุหรีไม่ใช่เรื่องส่วนตัว ไม่เชื่อลองไปเดินตามหลังคนสับสนุหรีดู เขามีน้ำใจพ่นควัน เผื่อเราด้วย รถมือสอง บ้านมือสอง บุหรีก็ยังมีมือสองอีก บุหรีทำให้เกิดโรคเป็นที่รังเกียจของคนรอบข้าง ไปสูบในที่ห้ามสูบก็น่ามีปัญหา ถูกปรับ ถูกตำหนิ เมื่อถูกเตือนมักทนไม่ได้ ทำร้ายร่างกาย ถึงตายก็มี เพราะควนบุหรีตัวเดียว ถ้าเป็นเด็กก็เสียเด็ก ถ้าเป็นผู้ใหญ่ก็เสียผู้ใหญ่ เสียบุคลิกภาพ และบุหรียังเป็นบันไดขั้นแรกของการติดยาเสพติดร้ายแรงชนิดอื่นๆ อีกด้วย

การเป็นคนต้นแบบที่ดี ย่อมไม่เต็มเหล้า ไม่สับสนุหรี

“ลดเลิกสับสนุหรีกันสักนิด ชีวิตไม่รีบหรี

จะดูดีขึ้นมาก น่ารักขึ้นเป็นกอง

“น้อมองขึ้นอีกนะ เก่งอย่างมีท่า ไม่ต้องพึ่งพาบุหรีนะจ๊ะ”



ที่มา : จุลสารฟ้าใส ไร่คว้น คอลัมน์ธรรมะกับบุหรี เครือข่ายวิชาชีพแพทย์ในการควบคุมการบริโภคยาสูบ ฉบับ ก.ค.-ก.ย.2554



**“นิโคติน” ทำให้ติดยาของเราจึงเป็นการขายนิโคติน
ซึ่งเป็นยาเสพติดที่มีประสิทธิภาพ
ในการปลดปล่อยกลไกความเครียด”**

บริษัทบราวน์แอนด์วิลเลียมสัน พ.ศ. 2506

บูรณาการ โรงพยาบาล โรงเรียน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สถานีตำรวจ

ต้นแบบในการแก้ปัญหาบุหรี่และสุขภาพในชุมชน

จากเดือนตุลาคม 2553 ที่เริ่มดำเนินโครงการนี้ มีการประชุมร่วมกัน วางแผนว่าแต่ละองค์กรมีขอบเขตหน้าที่อะไร และมีบทบาทในการบูรณาการระหว่างกันเพื่อแก้ปัญหาบุหรี่และสุขภาพอย่างไร ซึ่งสรุปบทบาทหลักได้ว่าโรงพยาบาลจะมีบทบาทด้านการบำบัด โดยวางระบบทั้งด้านการรองรับการส่งต่อผู้สูบบุหรี่จากโรงเรียน สถานีตำรวจ และ รพสต./สอ. มาเลิกบุหรี่ และเป็นวิทยากรให้ความรู้ในหน่วยงานดังกล่าว

รพสต./สอ. มีบทบาทเช่นเดียวกับโรงพยาบาลแต่นั่นที่ผู้ปกครองนักเรียนที่อยู่ในชุมชน และการติดตามประคับประคองในคนที่กำลังเลิกโรงเรียนมีบทบาทหลักในการเสริมสร้างพลังป้องกันผู้สูบบุหรี่ใหม่ สร้างแกนนำนักเรียน และช่วยนักเรียนกลุ่มสูบบุหรี่ให้เลิก ส่วนสถานีตำรวจ มีบทบาทหลักในการให้ความร่วมมือในการบังคับใช้กฎหมาย และการเสริมพลังให้นักเรียน

ทั้งนี้ ทั้งสี่องค์กรตกลงบทบาทที่เหมือนกัน และจะกระทำร่วมกันคือ การค้นหาบุคคลตัวอย่างทั้งคนในชุมชน/ข้าราชการ/เจ้าหน้าที่โรงพยาบาล/ครูและผู้ปกครองที่ไม่เคยสูบบุหรี่เลยหรือเลิกบุหรี่ได้แล้ว เพื่อเป็นวิทยากรในเรื่องบุหรี่และวิธีเลิก ทั้งนี้ทุกองค์กรจะเริ่มที่การทำสภาพแวดล้อมขององค์กรให้ปลอดบุหรี่ตามกฎหมายกำหนด และค้นหาผู้สูบบุหรี่เพื่อช่วยเหลือบำบัด



ปลายเดือนมกราคม 2554 ได้มีการถอดบทเรียนเป็นครั้งแรก พบว่า มีการดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ จึงมีการระดมสมองวางแผนดำเนินการในขั้นต่อไป ...



กรุงเทพฯ : ตลาดจตุจักรเข้ม

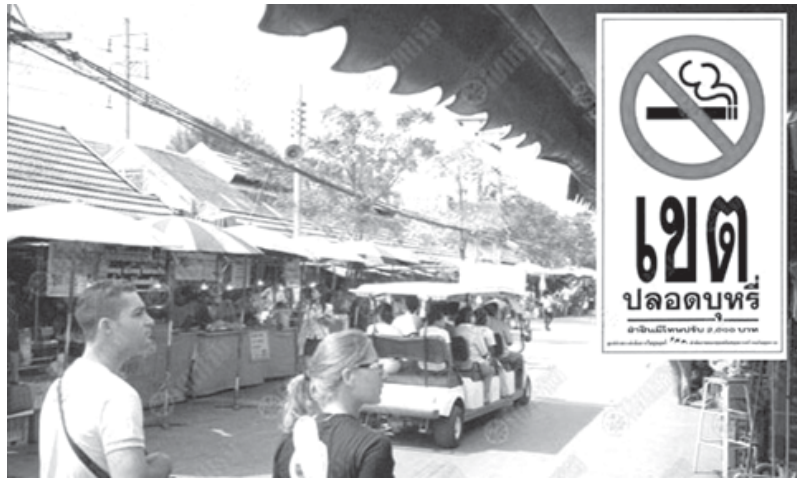
นายอรุณ ศรีจรูญ ผอ.กองอำนวยการตลาดนัดกรุงเทพฯ หรือตลาดนัดจตุจักร กล่าวถึง ความคืบหน้าการดำเนินการจับปรับ ผู้ที่สูบบุหรี่ภายในตลาดนัดจตุจักร ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 ตามประกาศของกระทรวงสาธารณสุข (สธ.) ว่า หลังจากทางกองอำนวยการประกาศภายในตลาดนัดไปตั้งแต่วันที่ 1 ต.ค. 53 - ม.ค. 54 ปรากฏว่า ยังคงมีนักท่องเที่ยวฝ่าฝืนสูบบุหรี่ภายในตลาดนัดรวม 75 ราย แบ่งเป็นนักท่องเที่ยวชาวไทย จำนวน 62 ราย นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ จำนวน 13 ราย ขณะที่ตั้งแต่ช่วงต้นเดือน ก.พ.ที่ผ่านมา ทางเจ้าหน้าที่สามารถจับปรับได้เพิ่มอีก 13 ราย

ตั้งแต่ต้นปีที่ผ่านมา ทางกองอำนวยการได้ดำเนินการจับปรับสูงสุด 2,000 บาทแล้ว ตามนโยบายของ ม.ร.ว.สุขุมพันธุ์ บริพัตร ผู้ว่าฯ กทม.ที่ได้ดำเนินการจับปรับอย่างเต็มที่ตามระเบียบที่มีเพื่อให้ นักสูบบุหรี่ทั้งหลายเกิดความหลาบจำไม่กระทำความผิดอีกที่สำคัญเพื่อให้ **ตลาดนัดจตุจักรปลอดจากการสูบบุหรี่ 100 เปอร์เซนต์** เป็นการสร้างสุขภาพอนามัยที่ดีแก่ผู้ที่มาใช้บริการตลาดนัดสวนจตุจักร

อย่างไรก็ตาม แม้ทางกองอำนวยการจะดำเนินการจับปรับนักสูบ รวมทั้งผู้ที่ทิ้งขี้บุหรี่ในอัตราสูงสุดแล้ว แต่ยอมรับว่าก็ยังมียกนักท่องเที่ยวฝ่าฝืนสูบบุหรี่อย่างต่อเนื่องซึ่งทางกองอำนวยการจะติดตั้งป้ายประชาสัมพันธ์ รวมทั้งรณรงค์ห้ามสูบและห้ามทิ้งขี้บุหรี่ภายในตลาดนัดให้เพิ่มขึ้น ขณะเดียวกันทางกองอำนวยการจะได้จัดส่งเจ้าหน้าที่ตำรวจทั้งจากส่วนกลางและสน. ในพื้นที่ ทั้งในและนอก

ยุโรป : ชายตายเร็วกว่าหญิง

วารสารควบคุมบุหรี่ที่มีการเผยแพร่เมื่อวันที่ 18 ม.ค. 2554 อ้างข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (ฮู) เกี่ยวกับช่องว่างด้านสุขภาพกับอัตราการตายระหว่างเพศหญิงและชายในประเทศยุโรป ระบุว่า บุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้ชายในประเทศยุโรปเสียชีวิตเร็วกว่าผู้หญิง โดยเปอร์เซ็นต์ที่โรคร้ายไข้เจ็บต่างๆ ที่มีบุหรี่ยุติเข้าไปเกี่ยวข้องอยู่เบื้องหลังการเสียชีวิตของผู้ชายมากกว่าผู้หญิง ในประเทศยุโรปมากถึง 40-60 เปอร์เซนต์ ยกเว้นในเดนมาร์ก โปรตุเกส และฝรั่งเศส ที่มีอัตราต่ำกว่า แต่ในมอลตามีอัตราสูงกว่าที่ 70 เปอร์เซนต์



เครื่องแบบ รวมทั้งเจ้าหน้าที่เทศกิจเขตจตุจักรเข้ามาสอดส่องดูแล พร้อมทั้งดำเนินการจับปรับอย่างเต็มที่ เพื่อลดการสูบบุหรี่จนกระทั่งหมดไป

ที่มา : หนังสือพิมพ์ข่าวสด คอลัมน์บันเทิง /กทม. หน้า 29 22 ก.พ.2554

สหรัฐ : ขยายเขตปลอดบุหรี่

เมื่อวันพุธที่ผ่านมา สภาเมืองของนครนิวยอร์ก ลงมติผ่านกฎหมายขยายพื้นที่ห้ามสูบบุหรี่ไปยังสวนสาธารณะ ชายหาด และเขตที่มีผู้คนพลุกพล่าน เช่น ย่านไทม์สแควร์ โดยนายไมเคิล บลูมเบิร์ก นายกเทศมนตรีนครนิวยอร์ก กล่าวหลังจากการลงมติว่าในช่วงฤดูร้อนนี้ชาวนิวยอร์ก ซึ่งจะไปที่สวนสาธารณะชายหาดเพื่อสูดอากาศ จะได้รับอากาศบริสุทธิ์อย่างเต็มปอด จะไม่มีกลิ่นบุหรี่มารบกวนเมื่อนั่งอยู่บริเวณชายหาด

ที่มา : หนังสือพิมพ์ไทยโพสต์ คอลัมน์ต่างประเทศ หน้า 9 29 ม.ค.2554

ทั้งนี้ จากการสำรวจใน 30 ประเทศทั่วทวีปยุโรป การเสียชีวิตด้วยโรคต่างๆ ในผู้ชายจะสูงกว่าผู้หญิง โดยในไอซ์แลนด์และอังกฤษ จัดอยู่ในลำดับต่ำสุด โดยมีอัตราผู้ชายเสียชีวิต 100,000 คน และผู้หญิงอังกฤษจะมีอายุยืนยาวกว่าผู้ชายอังกฤษ ถึง 4 ปี ขณะที่ลิทัวเนียและยูเครนมีอัตราการตายของผู้ชายสูงสุดที่ 800 คนต่อประชากรทุกๆ 100,000 คน

ส่วนสาเหตุการตายที่มีความรุนแรงรองลงมาจากบุหรี่ได้แก่ การดื่มสุราที่ทำให้เกิดช่องว่างในอัตราการตายของชายยุโรป มากกว่าผู้หญิง 20 เปอร์เซนต์

ผู้เชี่ยวชาญมองว่าช่องว่างที่ทำให้อัตราการเสียชีวิตของผู้ชายในยุโรปมากกว่าผู้หญิง อาจเป็นเพราะความแตกต่างในพื้นฐานทางชีววิทยาหรือในข้อเท็จจริงที่ว่าผู้หญิงมักจะรีบไปพบแพทย์ในทันทีเมื่อพบความผิดปกติของตนมากกว่าผู้ชาย

ที่มา : หนังสือพิมพ์มติชน คอลัมน์ข่าวต่างประเทศ หน้า 32 19 ม.ค.2554



คุมเข้มห้ามโชว์ กลิ่น รส



สธ.เตรียมออกประกาศคุมเข้มบุหรีเพิ่มห้ามพิมพ์ข้อความแสดงกลิ่น รส หรือคุณสมบัติและคุณภาพบุหรี พร้อมเพิ่ม 10 ข้อความพิษภัยจากบุหรีแถมสั่งห้ามเติบสารบุหรีแต่งสารพัดทั้งน้ำหอม วิตามิน สารอาหาร และกาเฟอีน ดันเหตุชักจูงคนสูบบุหรีเพิ่ม

นายจรินทร์ ลักษณวิศิษฐ์ รมว.สาธารณสุขในฐานะประธานคณะกรรมการควบคุมการบริโภคยาสูบเปิดเผยว่า จากการประชุมคณะกรรมการควบคุมการบริโภคยาสูบที่ผ่านมาได้มีมติเห็นชอบให้มีการยกเลิกประกาศกระทรวงสาธารณสุขฉบับที่ 12 โดยออกประกาศฉบับที่ 15 ในมีการเพิ่มเติมข้อความที่ห้ามปรากฏบนซองบุหรี จากเดิมที่มีการห้ามเพียงคำว่า Mild, Medium, light, ultralight และ low tar โดยเพิ่มเติมคำที่ห้ามคือ Cool, Ice, frost, crisp, fresh, mint, mellow, rich ฉุน และฉุนพิเศษ รวมทั้งข้อความที่แสดงกลิ่นหรือรสเพราะอาจจูงใจผู้บริโภคให้บริโภค นอกจากนี้ ยังห้ามข้อความที่แสดงคุณสมบัติหรือคุณภาพบุหรี คือ Smooth, natural, I specail genuine, luminous, extra, pre-mium อย่างดีและคัดพิเศษ

กระทรวงสาธารณสุข ยังออกประกาศกระทรวงฉบับที่ 19 ที่กำหนดให้แสดงข้อความเพิ่มเติมด้านข้างซองบุหรีทั้ง 2 ด้าน จากเดิมที่กำหนดให้แสดงเพียงข้อความ **“สารก่อมะเร็ง”** เท่านั้น โดยได้กำหนดเพิ่มอีก 10 ข้อความได้แก่ ควันบุหรีมีสารพิษไฮโดรเจนไซยาไนด์, ควันบุหรีเป็นสารพิษสำคัญที่สุดในบ้าน, ควันบุหรีมีสารพิษมากกว่า 250 ชนิด, สารเสพติดในควันบุหรีนี้โคติน, สารพิษในควันบุหรีคาร์บอนมอนนอกไซด์, ควันบุหรีสารก่อมะเร็งสำคัญที่สุดของมนุษย์ สารก่อมะเร็งในควันบุหรีฟอร์มาลดีไฮด์, สารก่อมะเร็ง

ในควันบุหรีเบนโซไพรีน, สารกัมมันตรังสีในควันบุหรีโพลเนียม 210 และสารก่อมะเร็งในควันบุหรีไนโตรซามีน ซึ่งผู้ประกอบการจัดพิมพ์หมุนเวียนบนซองบุหรีทุกๆ 5,000 ซองต่อ 1 ข้อความ ขณะที่บุหรีซิการ์แต่ให้พิมพ์หมุนเวียน 500 กล้องต่อ 1 ข้อความ

นอกจากนี้ ยังได้ประกาศเพิ่มเติมเรื่องการแจ้งรายการส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ....ตาม พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2535 โดยห้ามไม่ให้มีการเติบสารปรุงแต่งในบุหรีที่มีลักษณะคือ 1.สารที่ทำให้ผู้อื่นเข้าใจผิดว่าเป็นผลดีต่อสุขภาพ เช่น วิตามินซี กรดอะมิโน กรดไขมันจำเป็น สารอาหารประเภทเกลือแร่ สมุนไพรร 2.สารแต่งกลิ่นและรสต่างๆ เช่น กลิ่นหรือรสผลไม้ ดอกไม้ และน้ำหอม 3.สารที่ทำให้เข้าใจว่าเป็นยาชูกำลัง เช่น กาเฟอีน 4.ต้องไม่มีสารในปริมาณที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ทั้งนี้เมื่อกฎกระทรวงนี้บังคับใช้ ผู้ผลิตหรือนำเข้าผลิตภัณฑ์ยาสูบจะต้องแจ้งรายการส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์ยาสูบก่อนนำออกจากแหล่งผลิตหรือก่อนนำเข้าประเทศ

“มาตรการที่ออกมาเพิ่มเติมนี้ เพื่อมุ่งเป้าให้เกิดการลดการบริโภคบุหรีลงเนื่องจากปัจจุบันเห็นว่าผู้ประกอบการมีการใช้ถ้อยคำเพื่อเป็นการชักจูงและทำให้รู้สึกถึงพิษภัยบุหรีลดลง โดยจะเริ่มบังคับเมื่อพ้น 180 วันหลังจากประกาศในราชกิจจานุเบกษาแล้ว” รมว.สาธารณสุขกล่าว



“มัสยิดปลอดบุหรี”

ว่าที่ ร.ศ.เลิศเกียรติ วงศ์โพพันธ์ รองผู้ว่าฯ บัตตานีเปิดเผยว่า ได้ออกประกาศจังหวัดบัตตานีเพื่อแจ้งขอความร่วมมือผู้นำชุมชนและโต๊ะอิหม่ามประจำมัสยิดทุกแห่งในพื้นที่จังหวัดให้ร่วมโครงการ **“มัสยิดปลอดบุหรี”** นำร่องรณรงค์ไม่ให้เกิดข้องกับยาเสพติดทุกประเภท โดยเริ่มจาก ห้าม งด หรือเลิกสูบบุหรีภายในมัสยิดอย่างเด็ดขาดเพื่อเป็นตัวอย่างแก่เยาวชนในพื้นที่ไม่ให้หลงผิด

เนื่องจากมัสยิดเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ทางศาสนา การห้ามสูบบุหรีหรือพกพาบุหรีเข้ามัสยิดเป็นหนึ่งในแผนการนำร่องการกระตุ้นและปลูกจิตสำนึกไม่ให้เกิดข้องกับสิ่งเสพติดทุกชนิด โดยเฉพาะบุหรีที่เป็นภัยใกล้ตัวที่หากสามารถเลิกได้หรืองดเว้นเป็นกรณีพิเศษได้ ก็จะเป็นเรื่องที่ดีต่อตนเองและคนรอบข้าง



นอกจากนี้ยังขยายผลการเลิกสูบบุหรีไปยังเยาวชนให้เลิกข้องกับยาเสพติดได้ด้วย ซึ่งผลพวงที่เกิดขึ้นจะนำไปสู่การสร้างเครือข่ายชุมชนและองค์กรมัสยิดที่ปลอดสิ่งเสพติดได้อย่างแท้จริง



ปรากฏการณ์ควบคุมบุหรี่ทั่วโลก

ในรอบปี 2009-2010

การสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่มีการต่อสู้กันมาตลอดว่า ส่งผลร้ายต่อสุขภาพหรือไม่ และฟังเป็นที่ยอมรับไม่นานนักว่า บุหรี่มีผลร้ายต่อสุขภาพจริง ดูได้จากหนังเรื่อง King's speech ที่เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับกษัตริย์ที่ติดอ่าง แล้วมีหมอบอกว่าให้พระองค์สูบบุหรี่เพื่อให้โล่งคอ หนังเรื่องนี้สะท้อนได้เป็นอย่างดีว่า แม้ย้อนไปไม่นานถึงช่วงสงครามโลกครั้งที่สองโทษของบุหรี่ยังคงเป็นที่ละเลย

แม้กระทั่งมีการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างมะเร็งและการสูบบุหรี่ขึ้นมามีความจริงจังโดยองค์การอนามัยโลกแล้วก็ตาม ทว่าบริษัทบุหรี่ยังคงจ้างนักวิจัยให้ตีพิมพ์ผลงานวิจัย ซึ่งขัดแย้งกับข้อสรุปทางระบาดวิทยาที่เกี่ยวกับมะเร็งปอดและควันบุหรี่มือสองอย่างแข็งขัน

ผมขอยกภาพ 2 ภาพมาให้ท่านผู้อ่านได้ชมกันครับ **ภาพแรกเป็นภาพของลำดับประเทศที่สูบบุหรี่มากที่สุด** ในขณะที่**อีกภาพเป็นภาพแสดงอัตราการตายด้วยโรคมะเร็งจากบุหรี่** ซึ่งจะพบว่า ประเทศอย่างกรีซ, รัสเซีย, ฯลฯ ที่ติดอันดับต้นๆ ในการสูบล้วนอยู่ในโซนสีส้มขึ้นไปทั้งหมด (หมายความว่าอัตราการตายจากโรคมะเร็งบุหรี่สูงเหลือเกิน)

ดังนั้นจึงไม่น่าแปลกใจที่จะมีการตื่นตัวทั่วโลก ในการวางมาตรการป้องกันการสูบบุหรี่ในที่สาธารณะ (เพราะเป็นการปล่อยควันมือสองซึ่งกินปริมาตรสารพิษกว่า 85% ของสารพิษทั้งหมดจากการสูบ¹) เพื่อปกป้องสุขภาพของผู้ที่ไม่ได้ประสงค์จะสูบบ่อย่างกว้างขวางทั่วโลก

จากการตามข่าวของ The economist เมื่อวันที่ 18 มิถุนายน 2009 มีบทความเกี่ยวกับ พรบ. ที่ออกยากที่สุดฉบับหนึ่งในอเมริกา² เมื่อทศวรรษก่อน ได้แก่ Anti-tobacco bill ที่ตัวเลขชี้ว่ามีคนอเมริกันต้องตาย 400,000 คนจากบุหรี่ต่อปี ตัวเลขดังกล่าวกดดันสภาคองเกรสให้ต้องผ่าน พรบ.ดังกล่าว

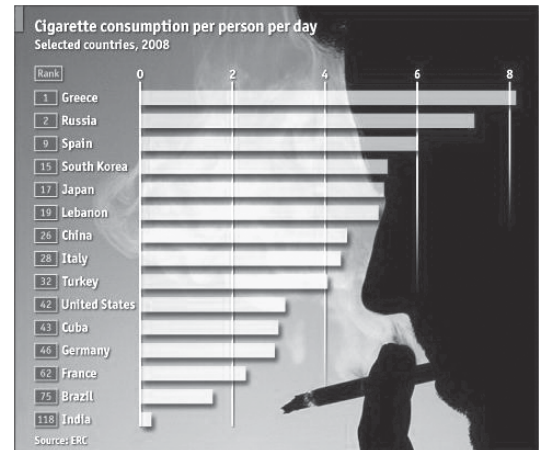
รายละเอียดของ พรบ.ส่งผลให้หน่วยงานด้านอาหารและยา ซึ่งเรียกว่า The food and Drug Administration (FDA) ของอเมริกามีสิทธิ์ที่จะตรวจสอบยาสูบ ห้ามโฆษณาหรือใช้ถ้อยคำที่ลวงให้ผู้บริโภคเข้าใจผิดในอันตรายของยาสูบ เช่น **คำว่า อ่อนหรือละมุน (Lite or mild)** เป็นต้น โดยมีการคาดการณ์ว่าพรบ.ฉบับนี้จะช่วยลดผู้เสพติดยาสูบลงได้ราว 11% ในเด็กและ 29% ในผู้ใหญ่ภายในปี ค.ศ. 2019

นอกจากนี้ ยังมีการพยายามลดผลกระทบจากการขยายตัวของอุตสาหกรรมบุหรี่ยด้วยการเก็บภาษีตามสัดส่วนของมูลค่าการตลาดที่บริษัทครอบครอง (วิธีการดังกล่าวจะส่งผลต่อการตัดสินใจซื้อสำหรับผู้มีรายได้น้อย)

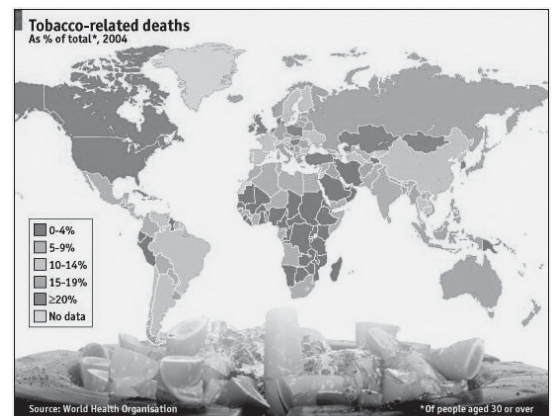
จากข้อมูลที่แสดงในรายงานชี้ว่า FDA ต้องเสียค่าใช้จ่ายราว 85 ล้าน US\$ ต่อปีและจะเพิ่มขึ้นเป็น 700 ล้าน US\$ ต่อปีในอีกสิบปีข้างหน้า

นอกจากการตื่นตัวของอเมริกาแล้ว The economist รายงานว่าประเทศอิรักก็ออก พระราชบัญญัติห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะออกมาบังคับใช้อย่างจริงจัง หากฝ่าฝืนจะได้รับโทษราว 4,300 US\$ หรือแพงเท่ากับบุหรี่ 17,200 ซองตามราคาตลาดท้องถิ่น นโยบายนี้ได้รับการต่อต้านจากผู้สูบจำนวนมาก ที่ต่อว่าในทำนอง **‘รัฐบาลไม่มีเรื่องอย่างอื่นทำแล้วหรือ ถึงมาออกกฎหมายจุกจิกอย่างเรื่องบุหรี่’**

อย่างไรก็ตาม ตัวเลขที่สะท้อนความสำคัญเร่งด่วนของนโยบายห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะนี้ เป็นแรงกระตุ้นสำคัญประการเดียวกับกรณี Anti-tobacco bill



ภาพที่ 1



ภาพที่ 2

ของอเมริกาก็คือ ยอดผู้ตายของอิรักที่สูงราว 55 คนต่อวัน (ซึ่งอาจจะมากกว่ายอดผู้ตายจาก Car bomb หรือการก่อการร้ายในอิรักแต่ละวันด้วยซ้ำ)

บทเรียนของสองประเทศนี้ชี้ว่า ถ้าเรามีเกณฑ์ในใจว่าจะต้องรอให้คนตายต่อวันสูงขึ้นเท่าไร ถึงจะได้ควบคุมยาสูบเสียที อย่ารอเลยครับ ไม่ช้าก็เร็ว ยาสูบจะฆ่าคนมากพอที่จะเพิ่มอัตราการตายให้ถึงเกณฑ์นั้นอยู่ดี



¹ อย่างไรก็ตามแต่มีรายงานจำนวนหนึ่ง ที่ชี้ไปในทิศทางว่าไม่มีนัยสำคัญที่จะสรุปถึงความสัมพันธ์ของควันบุหรี่มือสองกับการเกิดโรคเฉพาะบางชนิด การศึกษาถึงความน่าเชื่อถือดังกล่าวต้องการการพิจารณาอย่างถี่ถ้วน ซึ่งไม่ใช่วัตถุประสงค์ของบทความนี้

² The economist ถึงกับใช้คำว่า Congress passed the toughest anti-tobacco bill in American history



โรงเรียนบึงกาฬ เป็นโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ ตั้งอยู่อำเภอบึงกาฬ จังหวัดหนองคาย มีครูและบุคลากรจำนวน 100 คน นักเรียนจำนวน 2,527 คน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 21

บริหารงานโดยท่านผู้อำนวยการสุพกิจ กงบูรณ และมิครุสุพัตรา บุตรเจริญ รองผู้อำนวยการฝ่ายกิจการนักเรียนที่ดำเนินงานให้โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายอย่างเข้มแข็ง

เป็นที่ทราบกันดีแล้วว่า **‘บุหรี่’** เป็นสิ่งเสพติดที่เป็นจุดเริ่มต้นของการนำไปสู่ยาเสพติดร้ายแรงชนิดอื่นๆ และทำให้เยาวชนก้าวสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ มากมาย ดังนั้นเพื่อให้โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายตาม พ.ร.บ.คุ้มครองผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 และนโยบาย 5 ร้วป้องกันของรัฐบาลสอดคล้องกับความมุ่งมั่นของโรงเรียนที่จะให้นักเรียนโรงเรียนบึงกาฬเป็นผู้มีสุขภาพดี ผู้ปกครองนักเรียน ชุมชน ตระหนักในความสำคัญของสุขภาพ และปฏิบัติตามกฎหมายอย่างจริงจัง โรงเรียนจึงได้ดำเนินงานให้โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายดังนี้

เริ่มจากการจัดตั้งคณะทำงานในโรงเรียน ซึ่งประกอบด้วยครู นักเรียนแกนนำ จัดให้มีการประกาศนโยบายโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายหน้าเสาธง มีการจัดสภาพแวดล้อมในโรงเรียนไม่ให้มีมั่วอบ ติดป้ายโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายในจุดที่เห็นเด่นชัด เช่น หน้าประตูโรงเรียน ตามอาคารต่างๆ ติดสติ๊กเกอร์ **‘เขตปลอดบุหรี่’** สติ๊กเกอร์ **‘ขอบคุณที่ไม่สูบบุหรี่’** และบริเวณ



“บึงกาฬ” พิชิตบุหรี่



โรงอาหาร หอประชุม ห้องห้องสำนักงาน ห้องน้ำครูและนักเรียน พาหนะของโรงเรียน ประชาสัมพันธ์โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายให้ทุกคนในโรงเรียนทราบ โดยเสียงตามสายประกาศแจ้งในที่ประชุมครู ประชุมบุคลากรในโรงเรียน ผู้ปกครอง และคนขับรถรับ-ส่งนักเรียนให้ทราบทั่วกันว่า ห้ามสูบบุหรี่ในบริเวณโรงเรียนโดยเด็ดขาด หากฝ่าฝืนปรับ 2,000 บาท

นอกจากนี้ โรงเรียนได้จัดทำจดหมายประกาศโรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย แจ้งไปยังหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียน เช่น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 21 เป็นต้น

โรงเรียนได้จัดให้มีการบูรณาการความรู้เรื่องบุหรี่และสุขภาพในรายวิชาต่างๆ เช่น วิชาสุขศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น วิชาภาษาไทยจัดให้มีการประกวด

คำขวัญ วิชาศิลปะศึกษาจัดให้มีการประกวดวาดภาพพิษภัยและอันตรายของบุหรี่ วิชาคอมพิวเตอร์ใช้ข้อความพร้อมโลโก้ **‘โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย ฝ่าฝืนปรับ 2,000 บาท’** บนหน้าจอคอมพิวเตอร์ทุกเครื่อง มีการส่งเสริมให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่เช่น เติมนรณรงค์จัดป้ายนิเทศ **มีสายสืบประจำห้องเรียนสำหรับแจ้งผู้ที่สูบบุหรี่**

สำหรับนักเรียนที่สูบบุหรี่ในโรงเรียนจะมีการตักเตือนความประพฤติครั้งละ 30 คะแนน ส่งตัวนักเรียนไปสถานตำรวจให้จับปรับพร้อมทั้งแจ้งให้ผู้ปกครองรับทราบและนำไปบำบัดรักษา

อีกไม่นานโรงเรียนบึงกาฬก็จะ เป็นโรงเรียนที่ปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย 100 %



ข้อมูลโดย ครูสุพัตรา บุตรเจริญ รองผู้อำนวยการโรงเรียนบึงกาฬ

โรงพยาบาลหลายแห่งในสหรัฐอเมริกา ได้แก่ ฟลอริดา จอร์เจีย แมสซาชูเซต มิสซูรี โอไฮโอ เพนซิลวาเนีย เทนเนสซี และเท็กซัส ใช้ นโยบายเข้มงวดและปฏิเสธการรับสมัครเจ้าหน้าที่ใหม่ที่สูบบุหรี่ ด้วยเหตุผลสามข้อ คือ ต้องการให้เจ้าหน้าที่ที่ทำงานเต็มความสามารถ ต้องการลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาลเจ้าหน้าที่ และเป็นการส่งสัญญาณให้เจ้าหน้าที่ทุกคนใส่ใจสุขภาพของตนเอง

เข้าใจว่าเจ้าหน้าที่ที่สูบบุหรี่เสียเวลาส่วนหนึ่งไปหาที่สูบบุหรี่ทำให้ผลผลิตลดลง และถ้าป่วยกระเสาะกระแสะแม้จะด้วยอาการหวัดก็รบกวนงบนด้านสุขภาพขององค์กรทั้งนั้น

ว่ากันว่ามาตรการนี้เป็นแผนสอง เมื่อโรงพยาบาลประเมินแล้วพบว่า นโยบายจัดที่สูบบุหรี่ให้ นโยบายเสนอโปรแกรมหยุดบุหรี่ให้ฟรีๆ รวมทั้งมาตรการขึ้นเบี้ยประกันสุขภาพเจ้าหน้าที่ที่สูบบุหรี่ส่อแววไม่ได้ผล

ว่ากันว่ามาตรการที่รุนแรงขึ้นนี้เท่ากับจัดการบุหรี่ยุคหนึ่งยาเสพติดผิดกฎหมายชนิดหนึ่ง ประกาศรับสมัครงานระบุชัดเจนว่าไม่รับคนสูบบุหรี่ผู้สมัครงานใหม่จะถูกตรวจปัสสาวะเพื่อหาโคโคติน และเจ้าหน้าที่ใหม่จะถูกยุติการว่าจ้างหากสูบบุหรี่

มาตรการนี้ถูกวิจารณ์อย่างกว้างขวาง แม้กระทั่งจากองค์กรด้านบุหรี่ยเอง เพราะเป้าของการ “แบน” ได้ขยับจากมวนบุหรี่เป็น “คน” สูบบุหรี่ตรงๆ นั้นเท่ากับอนุญาตให้องค์กรใดๆ แทรกแซงชีวิตส่วนตัวต่างๆ ที่นิสัยสูบบุหรี่มีใช่อาชญากรรม

ถ้ามาตรการนี้ใช้กันอย่างกว้างขวาง และเป็นเหตุให้มีจำนวนคนตกงานมากขึ้นขึ้น เพราะเลิกบุหรี่ไม่ได้ ผลลัพธ์อาจจะเลวร้ายต่อระบบสุขภาพเองเพราะ “ภาวะตกงาน” เป็นตัวบ่งชี้หนึ่งของโรคภัยไข้เจ็บอีกหลายชนิดที่จะติดตามมา

ว่ากันอีกว่า กระแสแบนคนสูบบุหรี่จากองค์กรต่างๆ เกิดจากความกังวลเรื่องงบประมาณด้านสุขภาพของกลุ่มที่เป็น healthcare provider แม้ยังไม่มีผลการสำรวจอย่างจริงจังว่ามืองค์กรจำนวนมากเท่าไรที่ทำเช่นนี้ แต่ก็ปรากฏว่ามีคดีที่ถูกจ้างสูบบุหรี่กระทำขึ้นสู่ศาลของบางมลรัฐแล้ว

พอล เทิร์พลัค ผู้อำนวยการคลินิกแลนด์คลินิก ผู้นำนโยบายนี้มาใช้เป็นองค์กรแรกๆ ตั้งแต่ปี 2007 ระบุว่ามียุโรปยาบาลจำนวนมากมายที่ใช้นโยบายนี้แล้วและกำลังเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างรวดเร็ว

คนอเมริกันหนึ่งในห้ายังสูบบุหรี่มีการประมาณว่าค่าใช้จ่ายสุขภาพต่อคนที่ต้องจ่ายมากกว่าคนไม่สูบบุหรี่เท่ากับ 3,391 ดอลลาร์ต่อปี ทั้งนี้ยังไม่นับความสูญเสียที่เกิดจากผลผลิตที่ลดลง

สตีเฟน เบซลิก ผู้อำนวยการฝ่ายบริหารของศูนย์การแพทย์เซนต์ฟรานซิสซึ่งเริ่มนโยบายนี้ มาได้ไม่นานกล่าวว่า “เป็นการไม่ยุติธรรมต่อลูกจ้างที่ไม่สูบบุหรี่ที่ต้องมาร่วมแบกภาระค่าใช้จ่ายและความสูญเสียของลูกจ้างที่สูบบุหรี่”

เมื่อ sw.ให้เจ้าหน้าที่สูบบุหรี่ออกจากงาน



ประมาณสองทศวรรษก่อน เมื่อบริษัทยักษ์ใหญ่อย่างเช่น สายการบินบีนอลาสก้าแอร์ไลน์ ยูนิยูเนี่ยนแปซิฟิก และเทอร์เนอร์บรอดคาสติงใช้นโยบายดังกล่าว ปรากฏว่ามีการผ่านกฎหมายห้ามใช้นโยบายเช่นนี้ใน 29 มลรัฐ ด้วยการช่วยเหลือขององค์กรด้านเสรีภาพพลเมืองร่วมกับบริษัทบุหรี่ ด้วยเหตุผลว่านี่คือ นโยบายกีดกันพลเมืองซึ่งกำลังใช้ผลิตภัณฑ์ “ถูกกฎหมาย”

ว่ากันอีกว่าด้านนโยบายนี้เป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวาง และถ้าพิสูจน์ได้ว่านโยบายนี้ลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพได้สำเร็จจริง ต่อไปองค์กรต่างๆ ก็จะเริ่ม “แบน” คนกินเหล้า คนกินอาหารขยะ และอย่างง่ายที่สุดคือไม่รับ “คนอ้วน” เข้าทำงาน

องค์กรด้านลูกจ้างกังวลว่าหากไม่หยุดเรื่องนี้ เรื่องบนเตียงก็สามารถนำมาร่วมมองด้วยจนได้ ถึงปัจจุบันแม้กระทั่งแผ่นโคโคตินก็ยังกลายเป็นของต้องห้ามของบางองค์กร

เมื่อใครติดพลาสติกเตอร์ยา จะถูกตรวจปัสสาวะในทันที



เลิกบุ๋ม! กับการเจ็บป่วย

**ข่าวการวิจัยว่าเลิกบุ๋ม 15 ปีก็
ยังป่วยด้วยโรคหัวใจมากกว่าคนที่ไม่เคย
สูบบุหรี่**

งานวิจัยนี้สอดคล้องกับการวิจัย
ชิ้นก่อนๆ ที่พบว่าความเสี่ยงของการเกิด
โรคต่างๆ ที่เกิดจากการสูบบุหรี่จะค่อยๆ
ลดลง หลังจากเลิกสูบบุหรี่ 10 ถึง 15 ปี
**แต่ความเสี่ยงที่จะเกิดโรคในผู้ที่เลิกสูบบุหรี่
มีน้อยกว่าผู้ที่ไม่เลิกสูบ**

คำถามคือ ในเมื่อเลิกสูบบุหรี่
แล้วเป็นเดือนเป็นปี ทำไมจึงยังเกิดโรค
จากการสูบบุหรี่อีก

คำตอบคือ การสูบบุหรี่ไม่ว่าจะ
นานหรือไม่นาน ก็ทำความเสียหายแก่
อวัยวะของร่างกายแล้ว เพียงแต่ยังไม่มี
อาการแสดงเท่านั้น

งานวิจัยพบว่า พยาธิแพทย์
สามารถบอกจำนวนของปีที่ผู้สูบบุหรี่สูบ

มาแล้ว จากการผ่าศพพิสูจน์เนื้อปอด
จำนวนของปีของการสูบบุหรี่หมายความว่า
ว่าในคนที่สูบบุหรี่หนึ่งซองต่อวันเป็นเวลา

1 ปี เรียกว่า หนึ่งซองปี หากสูบครึ่งซอง
ต่อวันเป็นเวลาสองปีจึงเท่ากับหนึ่งซองปี

การผ่าศพคนที่สูบบุหรี่มา ห้า
ซองปีหรือคนที่สูบบุหรี่วันละซองเป็นเวลา
5 ปี หรือสูบบุหรี่วันละหนึ่งซองเป็นเวลา
10 ปี ที่ยังไม่มีการอะไร แต่เสียชีวิตจาก
อุบัติเหตุ พบว่า ปอดมีการเปลี่ยนแปลง
โดยพบถุงลมปอดถูกทำลายเป็นหย่อมๆ
ทั่วไป

เส้นเลือดก็เช่นกัน คนที่สูบบุหรี่
เส้นเลือดจะมีรูเล็กลง เนื่องจากผนังเส้น
เลือดถูกทำลายมีการซ่อมแซมโดยร่างกาย
ทำให้ผนังเส้นเลือดหนาขึ้น ถุงลมปอดที่
ฉีกขาดไปแล้ว ผนังเส้นเลือดที่หนาตัวขึ้น
แล้ว เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ถาวรถึงแม้

คนๆ นั้นจะเลิกสูบบุหรี่การเปลี่ยนแปลง
ที่เกิดขึ้นแล้วก็ยังไม่กลับคืนเป็นปกติได้

คนที่สูบบุหรี่มาระยะหนึ่งแล้ว
เลิกสูบบุหรี่ อวัยวะของเขาจึงเสื่อมไปมาก
กว่าคนที่ไม่เคยสูบบุหรี่ หรือไม่ได้รับควัน
บุ๋มมือสอง

เมื่อวันเวลาผ่านไป ผ่านไป
อวัยวะของทั้งคนที่สูบบุหรี่และไม่สูบบุหรี่
ต่างก็จะเสื่อมลง เสื่อมลง เมื่อเสื่อมไปถึง
จุดหนึ่งก็แสดงอาการหรือเกิดโรคขึ้น

**แต่โอกาสก็ยังเกิดน้อยกว่า คนที่
ไม่หยุดสูบ**

และไม่ว่าสูบนานเท่าไรแล้ว
ก็ตาม การหยุดสูบบุหรี่ก็จะทำให้ร่างกาย
ดีขึ้น **ความเสี่ยงที่จะเกิดโรคต่างๆ ลดลง
ลดลง ตามวันเวลาที่ได้เลิกบุ๋ม นานขึ้น
นานขึ้น**



มะเร็งตับ จากการสูบบุหรี่

มะเร็งตับและทางเดินน้ำดียังเป็นมะเร็งที่เพศชายเป็นมาก
ที่สุด ส่วนมะเร็งเต้านมและมะเร็งปากมดลูกมาอยู่อันดับ 1 ของ
มะเร็งที่พบในเพศหญิง ซึ่งโดยรวมแล้วคนไทยเสียชีวิตจากโรคมะเร็ง
วันละ 156 คน

พญ.สุตสวาท เลหาวินิจ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านอายุรกรรม
และนายภมร มะเร็งวิทยาสมาคมแห่งประเทศไทย กล่าวว่า สิ่งที่ต้องการ
แพทย์ไทยมีความกังวลเกี่ยวกับการรักษาโรคมะเร็งยังคงเป็นเรื่องของ
ความรู้ ความเข้าใจของผู้ป่วยเกี่ยวกับการดูแลตนเอง

ชนิดของมะเร็งที่เป็นปัญหาที่พบบ่อย (สถิติล่าสุดทั้งประเทศ
พ.ศ. 2544 - 2546) **เพศชาย** 1) มะเร็งตับและทางเดินน้ำดี 2) มะเร็ง
ปอด 3) มะเร็งลำไส้ใหญ่ 4) มะเร็งต่อมลูกหมาก 5) มะเร็งต่อม
น้ำเหลือง **เพศหญิง** 1) มะเร็งเต้านม 2) มะเร็งปากมดลูก 3) มะเร็ง
ตับและทางเดินน้ำดี 4) มะเร็งปอด 5) มะเร็งลำไส้ใหญ่

สถิติการเสียชีวิตจากโรคมะเร็ง พบว่า พ.ศ.2552 มีคนไทย
เสียชีวิตจากโรคมะเร็ง 56,058 ราย หรือ 88.34 รายต่อประชากร 1
แสนคน คิดเป็น 4,671 รายต่อเดือน หรือ 156 รายต่อวัน ซึ่งเพิ่มขึ้น
ประมาณร้อยละ 10.7 เมื่อเปรียบเทียบกับสถิติ พ.ศ.2548

กรอบข่าวไทยรัฐ 25 พ.ย. 2553

เลิกบุ๋มตั้งสิบกว่าปียังไม่พ้นพิษภัย นาน 15 ปี ก็ยังสาย

คณะนักวิจัยมหาวิทยาลัยอลาบามา แห่งอเมริกา พา
กันรู้สึกขยาดในพิษภัยของบุ๋มไป ตามๆ กัน เมื่อได้พบในการ
ศึกษาว่า ถึงแม้ คอยาที่สูบบุหรี่จัดจะหันหลังให้กับมันมานานถึง
15 ปีแล้ว ก็ยังหารอดพ้นภัยของโรคหัวใจวายโดยสิ้นเชิงไม่

ในการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างอดีตคอยา 1,297 คน
กับผู้ไม่สูบบุหรี่ 2,558 คน ได้ผลว่ามีอดีตคอยาที่เลิกบุ๋มมาตั้ง
15 ปีแล้ว ยังล้มป่วยด้วยโรคหัวใจวาย 29 รายเทียบกับผู้ที่ไม่
ใช้คอยา มีผู้ป่วย 20 รายหรือมากกว่ากันอยู่ร้อยละ 44

ความตระหนักของอาการโรคมะเร็งชนิดต่างๆ การ
ป้องกันตนเองเสี่ยงการสูบบุหรี่ ไม่ให้เป็นโรคอ้วน ไม่ดื่มสุรา
เสี่ยงอาหารปิ้งย่าง ลดเนื้อแดง อาหารพลังงานสูง ป้องกันการ
ติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี และซี โดยการไม่ใช้ยาเสพติด เสี่ยง
การมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ปลอดภัย และการมีคู่นอนหลายคน
ควรออกกำลังกาย ลดพุง กินผัก ผลไม้ให้มาก ตรวจหามะเร็ง
ระยะแรก หรือการคัดกรองโรคมะเร็ง



ตำรวจภูธร ภาค 5

...สถานีตำรวจ 151 แห่งปลอดบุหรี่



....กองบัญชาการตำรวจภูธร ภาค 5 รับมอบป้าย "สถานีตำรวจเป็นเขตปลอดบุหรี่" และพร้อมที่จะปฏิบัติตามกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในที่สาธารณะ และในที่ทำงานคือ "สถานีตำรวจ"

การณรงคให้สถานีตำรวจในสังกัดกองบัญชาการตำรวจภูธร ภาค 5 จำนวน 151 แห่ง ในพื้นที่ภาคเหนือครอบคลุม 8 จังหวัดจัดเขตปลอดบุหรี่ ซึ่งเป็นการดำเนินงานต่อเนื่องจากที่ได้สนับสนุนตำรวจนครบาล ตำรวจภูธร ภาค 7 ภาค 1 ภาค 2 และภาค 3 ภาค 4 เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ข้าราชการตำรวจเป็นต้นแบบที่ดีให้กับประชาชน ในการปฏิบัติตามกฎหมายที่กำหนดให้สถานที่สาธารณะและที่ทำงานเป็นเขตปลอดบุหรี่และยังเป็นการสนับสนุนให้ข้าราชการตำรวจเลิกสูบบุหรี่ด้วย ทั้งนี้ประเทศไทยมีพันธกรณีที่จะต้องทำให้สถานที่

สาธารณะและที่ทำงานทุกแห่งปลอดบุหรี่ ภายใต้สนธิสัญญาควบคุมยาสูบ องค์การอนามัยโลก

พล.ต.ท.ชัยยะ ศิริอำพันธ์กุล ผู้บัญชาการตำรวจภูธร ภาค 5 กล่าวว่า ขณะนี้กองบัญชาการตำรวจภูธรภาค 5 ได้ดำเนินการติดป้าย "สถานีตำรวจเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย" ให้กับสถานีตำรวจภูธร ภาค 5 ทั้ง 151 แห่งเกือบครบ 100% แล้ว และในฐานะผู้รักษากฎหมาย เราจะประสานงานกับองค์กรภาคในพื้นที่ อาทิ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดขอนแก่นและสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 6 จังหวัดขอนแก่น ในการสนับสนุนการบังคับใช้กฎหมายสถานที่ปลอดบุหรี่อย่างจริงจังต่อไป

ด้าน พล.ต.ต.สมชาย มหาวินสุ ผู้รับผิดชอบโครงการสถานีตำรวจปลอดบุหรี่ กล่าวว่า ต่อเนื่องจากการดำเนินการโครงการ ที่ผ่านมานี้เราได้ขยายการรณรงค์มาสู่ตำรวจภูธรภาค 5 โดยครอบคลุมพื้นที่ 8 จังหวัด ในภาคเหนือคือ เชียงใหม่ เชียงรายแพร่ น่าน พะเยา ลำปาง ลำพูน และแม่ฮ่องสอน ซึ่งนอกจากการติดป้ายหน้าสถานีตำรวจแล้ว ก็จะมีการสำรวจอัตราการสูบบุหรี่ของแต่ละแห่ง และการติดตามประเมินผลด้วย



สถานการณ์การสูบบุหรี่

เด็กไทยติดบุหรี่ใหม่วันละ 1,000 คน อนาคตจะเสียชีวิตระหว่าง 227 ถึง 341 คน

- พ.ศ.2529 เริ่มรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ จำนวนผู้สูบบุหรี่ 11 ล้านคน
- พ.ศ.2552 การสำรวจพบว่า จำนวนผู้สูบบุหรี่ 11 ล้านคน
- ระหว่าง พ.ศ.2529-2552 เป็นเวลา 23 ปี มีคนไทยเลิกบุหรี่ได้ 6.3 ล้านคน เพราะฉะนั้นเลิกบุหรี่ได้ปีละ 273,913 คน หรือวัน 750 คน
- แต่ละปีมีคนไทยเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ 41,000 คนมีคนสูบบุหรี่ที่เสียชีวิตจากสาเหตุอื่น 41,000 คน เพราะฉะนั้นจำนวนคนสูบบุหรี่ที่เสียชีวิตปีละ 82,000 คน หรือวันละ 225 คน เพราะฉะนั้นรวมจำนวนผู้สูบบุหรี่ที่ลดลงจากการเสียชีวิตหรือเลิกสูบปีละ $82,000 + 273,913 = 355,913$ คน วันละ 975 คน
- แต่จำนวนผู้สูบบุหรี่ในเวลา 23 ปียังคงเท่าเดิม

● สรุปว่ามีเด็กไทยติดบุหรี่ใหม่ วันละ 975 คน ทดแทนคนสูบบุหรี่ที่เลิกสูบหรือเสียชีวิต

● ชะตากรรมของเด็กไทยที่ติดบุหรี่ใหม่วันละ = 975 คน

● ตามแนวโน้มที่ผ่านมาที่ผู้สูบบุหรี่เลิกสูบได้ 30%

● เพราะฉะนั้นจะมีเด็กไทยที่ติดบุหรี่ในวันนี้ (แต่ละวัน) ที่จะเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้ในอนาคต = 683 คน

ถ้าหนึ่งในสามของเด็กไทยที่ติดบุหรี่และเลิกไม่ได้จะเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ = 227 คน ถ้าครึ่งหนึ่งของเด็กไทยที่ติดบุหรี่และเลิกไม่ได้จะเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ = 341 คน นั่นคือ เด็กไทยที่ติดบุหรี่วันนี้ (แต่ละวัน) 975 คนในอนาคตจะเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ระหว่าง 227 ถึง 341 คน



ศ.นพ.ประกิต วาทีสาธกกิจ

25 ก.พ. 2554



ในปี 2551 ประเทศไทยมีสิ่งใหม่เกิดขึ้น นั่นคือศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ หรือ 'ควิทไลน์ 1600' (Quitline) สายด่วนทางโทรศัพท์เพื่อช่วยให้คำปรึกษาในการเลิกบุหรี่ที่มีบริการกว้างไกลในระดับชาติ

รศ.ดร.จินตนา ยูนิพันธ์ ผอ.ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ กล่าวถึงความก้าวหน้าล่าสุดของควิทไลน์ ในฐานะกลไกช่วยเลิกบุหรี่ที่รับผิดชอบงานระดับชาติ "ควิทไลน์เป็นบริการเลิกบุหรี่ผ่านสายโทรศัพท์พื้นฐานและโทรศัพท์ไร้สายและอินเทอร์เน็ต ไม่มีค่าใช้จ่ายในการให้คำปรึกษาผู้ใช้โทรศัพท์ขององค์การโทรศัพท์จะเสียค่าโทรครั้งละ 3 บาทเท่านั้น นอกจากนี้ยังสามารถฝากเบอร์ให้โทรกลับผ่านโทรศัพท์ หรือฝากรายชื่อเพื่อให้ติดต่อกลับได้ที่เว็บไซต์ขององค์กรคือ www.thailandquitline.or.th"

"การให้คำปรึกษาเพื่อเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์เป็นการรักษาแบบพฤติกรรมบำบัดจากผู้เชี่ยวชาญในวิชาชีพสุขภาพ พยาบาล นักจิตวิทยาทางคลินิก และนักสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ทางการแพทย์ และมีประสบการณ์ในระบบบริการทางสุขภาพ โดยใช้หลัก 5As เช่นเดียวกับรูปแบบบริการเลิกบุหรี่อื่นๆ และเน้นให้คำปรึกษาโดยใช้ข้อมูลทางบวก" รศ.ดร.จินตนา กล่าว

กับเป้าหมาย ที่ทำต่ำกว่าเดิม

การทำงานของควิทไลน์ใน 'เชิงรับ' ได้แก่ การรับสายจากผู้รับบริการและให้คำปรึกษารายละประมาณ 20 นาที

ส่วนงาน 'เชิงรุก' คือการโทรกลับเพื่อให้คำปรึกษา โดยติดตามในครั้งแรกคือช่วง 1-7 วันแรก ครั้งที่สอง 14 วัน ครั้งที่สาม 1 เดือน ครั้งที่สี่ 3 เดือน ครั้งที่ห้า 6 เดือน และครั้งที่หก 12 เดือน นอกจากนี้ยังมีบริการ ข้อมูลข่าวสารทางไปรษณีย์และทางเว็บไซต์

ในการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์แบบเข้มข้น (Intensive counseling) ใช้เวลาประมาณ 20-30 นาที เน้นในเรื่องการป้องกันการใช้ยาสูบ เน้นให้เชื่อว่าการติดบุหรี่มีเหตุจากปัจจัย 3 อย่างคือ ปัจจัยพฤติกรรม ปัจจัยชีวภาพ และปัจจัยความคิด และปัจจัยการบำบัดรักษาโรคติดบุหรี่ต้องใช้หลัก 3 อย่างคือ

● **ตั้งใจ** สร้างแรงจูงใจที่จะเลิกบุหรี่อย่างต่อเนื่องปรับเปลี่ยนการคิดให้คิดในเชิงบวก และการตัดสินใจที่จะเลิกอย่างจริงจัง

● **มั่นใจ** สร้างความมั่นใจว่าจะสามารถเลิกบุหรี่ได้สำเร็จ

● **กำลังใจ** การให้กำลังใจประคับประคองให้กำลังใจคนไข้ในระหว่างการเลิกบุหรี่ โดยคนใกล้ชิดและผู้ให้คำปรึกษา

นับจากนี้ไปของควิทไลน์จะเพิ่มความท้าทายมากขึ้น โดยจะเพิ่มอัตราการโทรเป็น 15,000 รายต่อเดือน และมีผู้รับคำปรึกษา 4,000 รายต่อเดือน เพิ่มความพยายามในการเลิกบุหรี่อย่างน้อย 24 ชม. ให้ได้ถึงร้อยละ 60 มีการเลิกบุหรี่ได้อย่างต่อเนื่อง นับตั้งแต่วันเลิกบุหรี่เป็นเวลา 6 เดือน ให้ได้ไม่ต่ำกว่า 30 เปอร์เซ็นต์ และการเลิกบุหรี่ตลอดสัปดาห์ในเดือนที่ 6 หลังจากวันเลิกบุหรี่ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 50 อัตราการเข้าถึงของประชาชนไทยไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 และระดับความพึงพอใจต่อคุณภาพไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80

หากเป็นไปได้ตามเป้าหมาย นั้นหมายถึงผลดีต่อสุขภาพของคนไทยเราที่จะปลอดภัยจากพิษบุหรี่มากกว่ายุคใดๆ ที่ผ่านมา"



ข้อมูลโดย : หริสส์ ทวีวัฒนา
นักวิชาการจากศูนย์วิจัยและจัดการความรู้

"นิโคตินเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องมีในบุหรี่...และถ้าเราอมลดหรือไม่ใส่นิโคตินในบุหรี่ที่เราผลิตแล้วล่ะก็ เราคงจะต้องปิดกิจการในที่สุด"

บริษัท อาร์ เจ เรย์โนลด์ส ไม่ปรากฏปี

ผมมานั่งนึกถึงตัวเองว่า เป็นอะไรกันแน่ เพราะผมทำตัวเหมือนกับน้ำคือ เข้าได้กับทุกภาชนะ อยู่ในแก้วก็จะมีรูปร่างเหมือนแก้ว แต่น้ำจะเป็นแก้วปากกว้างๆ เตี้ยๆ อยู่ในชามก็จะเหมือน ชามเปล อยู่ในอ่างก็จะเหมือนอ่างอาบน้ำ



มือถือไมค์ ไฟส่องหน้า

สมัยที่เรียนอยู่ที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ทำพระจันทร์ คณะของผมคือ คณะนิติศาสตร์เป็นคณะของนักกฎหมายแต่บรรยากาศในห้องบรรยายมันน่าเบื่อ ผมก็เลยหนีไปนั่งอยู่ที่หน้าคณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน ซึ่งมีบรรยากาศที่สนุกสนานรื่นเริง เด็กคณะวารสารศาสตร์ฯ ถูกเปรียบเหมือนเปิด คือ **ทำได้ทุกอย่างเหมือนเปิด** เป็นลัทธิปีก เหมือนกับไก่ นก ห่าน บินได้เหมือนนก แต่กระพือปีกได้ครั้งสองครั้งก็ร่วงสู่ดิน ส่งเสียงได้เหมือนไก่ที่ขันได้ไฟเพราะเสนาะโสตแต่เปิดออกเสียงได้ก๊าบๆ **สรุปว่า เด็กวารสารฯ ทำได้ทุกอย่าง** แต่ทำไม่ได้ดีสักอย่างเดียว แต่อยู่กับเด็กวารสารฯ สบายใจกว่าเด็กนิติฯ ที่เอาจริงเอาจังกับตัวบทกฎหมายต้องท่องจำประมวลกฎหมายเป็นเล่มๆ

เมื่อมาเป็นนักข่าวผมก็เปลี่ยนจากเปิดมาเป็นนักข่าว เริ่มจากนักข่าวศาลที่ต้องอยู่ใกล้ชิดกับนักกฎหมายซึ่งมีทั้งผู้พิพากษา อัยการ ทนายความ มีผมคนเดียวในรุ่นที่จบแล้วมาเป็นนักข่าวศาล

ผมรับข่าวมาหมดแล้ว ไม่ว่าจะเป็นข่าวอาชญากรรมที่มีแต่เรื่องต้องขึ้นโรงพัก หนังสือสุดเห็นจะเป็นเรื่องฆ่ากันตาย รองลงมา ก็เรื่องทำร้ายร่างกาย ชมชินกระทำฆ่าเรา ปล้นทรัพย์ ชิงทรัพย์วิ่งราวทรัพย์ จนถึงคดีฆาตกรรมฆ่ามาฆัง ประเภทแม่ค้าในตลาดทะเลาะกัน

บุคลิกของผมเริ่มเปลี่ยนไปอีก เมื่อต้องมาเปลี่ยนเป็นวีรเตอร์ข่าวการเมือง เพราะต้องเขียนข่าวการเมืองที่มีนักการเมือง

เป็นผู้ว่าลวดลาย วันๆ มีแต่เรื่องทุจริตคอร์รัปชั่น ชื้อขายเสียง ทำให้ต้องหาทางออกด้วยการอาสาไปทำข่าวนางงาม ซึ่งไม่มีใครใช้แต่ผมจับเสือมาใส่เกือก แล้วไปทำข่าวกับบรรดาสาวงามทั้งหลายก็กลายเป็นพี่เลี้ยงนางงามไปโดยปริยาย ทำข่าวนางงามอยู่ดีๆ ก็ถูกถีบให้ไปทำข่าวบันเทิง คราวนี้ก็เตลิดเข้าไปในแวดวงบันเทิงไปเผ้าอยู่ในกองถ่ายละคร ไปอยู่ในสตูดิโอที่เขาบันทึกเทปรายการ ไปงานเลี้ยงเปิดกล้อง ปิดกล้อง ไปงานแถลงข่าวที่มีแต่ดารานักตาสวยหล่อ

ทั้งหมดที่เล่ามายังไม่ได้เข้าไปอย่างถึงกันถึงแก่น พอได้มาทำข่าวเพลงไทยสากลหรือเพลงลูกกรุง แรกๆ ก็ได้แต่ฟังเขาร้องแต่ไม่เป็นไรเพราะชอบฟังตั้งแต่จำความได้ ในที่สุดน้ำอย่างผมก็มาอยู่ในภาชนะที่เรียกว่าโถเพลง

ถ้าไม่เจอคนชื่ออาจารย์สมพจน์ สิงห์สุวรรณ ผมก็คงจะไม่มีวันได้มาเป็นนักร้องกับเขา อาจารย์ได้ยินผมร้องเพลงบ่อยๆ ก็แต่งเพลงหนุ่มกางเกงแพรให้ผมร้อง ผมก็เอาคืนด้วยการให้อาจารย์สมพจน์เขียนบทความลงในหนังสือพิมพ์ไทยโพสต์ ในคอลัมน์สภาประชาชน ที่ใครก็มีสิทธิ์เขียนได้

เพลงหนุ่มกางเกงแพรเป็นที่รู้จักไปพ้อมๆ กับกางเกงแพรอินคอนเสิร์ต เมื่อปี 2552 และอาจารย์สมพจน์แต่งเพลงที่สองให้ร้อง คือ รอยล้นๆ ซึ่งเป็นชื่อ

คอลัมน์แนะนำร้านอาหาร ที่ปกหลังไทยโพสต์ แทบลอยด์ฉบับวันอาทิตย์ ปีนี้อาจารย์สมพจน์ก็แต่งให้อีก 3 เพลง คือ ลมหายใจหอม ต้มไม่ขับ และสามวา สองคอก รวมแล้วตอนนี้ผมก็บันทึกเสียงเพลงไปแล้ว 5 เพลง เพลงลมหายใจหอม ผมให้อาจารย์สมพจน์ไปแต่ง เพราะจะใช้เป็นเพลงรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เพลงต้มไม่ขับใช้รณรงค์ช่วงเทศกาลวันหยุดยาวอย่างสงกรานต์ ปีใหม่ ลอยกระทง และตรุษจีน เพื่อลดอุบัติเหตุบนท้องถนน เพลงสามวาสองคอกก็เป็นอีกเพลง ที่ใช้คอลัมน์ตอบจดหมายในไทยโพสต์มาแต่งเป็นเพลง ใช้ทำนองสนุกๆ เพื่อลดบรรยากาศตึงเครียดที่ผู้อ่านส่วนใหญ่จะเขียนจดหมายมาถามการเมืองเรื่องปวดหัว

ถ้ารู้ว่ามาอยู่ในแวดวงเพลงเก่าแล้วได้ร้องเพลงผมคงรีบมาเมื่อ 20 ปีที่แล้ว สมัยที่ยังทำอยู่ที่ไทยรัฐเพราะยอดชายหลายแสนฉบับต่อวันของไทยรัฐน่าจะช่วยปลุกวงการเพลงไทยสากลให้ตื่นจากหลับได้ง่ายขึ้น

ขอบคุณ ศ.นพ.ประกิต วาทีสาทกกิจ เลขานุการมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ที่ช่วยแนะนำให้ทำเป็นคอนเสิร์ตบ้านปลอดบุหรี่ 70 ปี สมพจน์ สิงห์สุวรรณ ขอบคุณ สสส. ที่ให้การสนับสนุนในการทำเพลงรณรงค์ ทั้งเรื่องบุหรี่และต้มไม่ขับ และสุดท้ายก็ขออวยพรวันเกิดครบรอบ 70 ปี ให้อาจารย์สมพจน์ สิงห์สุวรรณ ขอให้สุขภาพ ดีทั้งกาย และใจ ขอให้สมหวังในสิ่งที่ปรารถนา และขอให้มีพลังที่จะทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมต่อไป

