

Smart

วารสารเพื่อคนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่

ปีที่ 14 ฉบับที่ 157 มีนาคม 2556



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

สสส.
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ

ปฏิทินกิจกรรมมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

- วันที่ 20 มีนาคม 2556 อบรมเชิงปฏิบัติการช่วยคนให้เลิกบุหรี่ และวันที่ 21 - 22 มีนาคม การอบรมพัฒนาศักยภาพเครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ ณ โรงแรมสุโขทัยเกรทเซอร์ จ.สุโขทัย ● วันที่ 22 มีนาคม โครงการบูรณาการงานควบคุมยาสูบฯ จัดประชุมชี้แจงโครงการและลงนาม MOU ณ อ.พรหมบุรี ณ ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุขอำเภอ และ อ.บางระจัน ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลบางระจัน จ.สิงห์บุรี ● วันที่ 25 มีนาคม มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่จัดประชุมคณะกรรมการกำกับทิศทาง ณ ห้องปักกิ่ง โรงแรมเอเชีย กรุงเทพฯ ● วันที่ 26 มีนาคม โครงการบูรณาการควบคุมยาสูบฯ จัดประชุมชี้แจงโครงการและลงนาม MOU โรงพยาบาลแม่แตง จ.เชียงใหม่ ● วันที่ 27 มีนาคม มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่จัดประชุมการวิสามัญ ครั้งที่ 1 ประจำปี 2556 ณ โรงแรมเดคา สุโคศล (The Sukosol) กรุงเทพฯ ● วันที่ 28-29 โครงการบูรณาการงานควบคุมยาสูบฯ จัดประชุมชี้แจงโครงการและลงนาม MOU โรงพยาบาลคุณเมือง โรงพยาบาลนางรอง โรงพยาบาลโนนสุวรรณ จ.บุรีรัมย์ วันที่ 2 เมษายน โรงพยาบาลแม่แตง จ.เชียงใหม่ และวันที่ 3-5 พฤษภาคม โรงพยาบาลชัยภูมิ โรงพยาบาลบ้านแท่น จ.ชัยภูมิ



- นพ.นฤทธิ์เติม ตันสุรัตน์ มอบป้ายวัดปลอดบุหรี่ เนื่องในกิจกรรมรณรงค์ชาวพิษณุโลกร่วมใจไม่ขาย ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มสุรา ทุกวันพระ บริเวณ ณ หน้าวิหารวัดพระศรีวัฒนามหาธาตุวรมหาวิหาร อ.เมือง จ.พิษณุโลก เมื่อวันที่ 4 มีนาคม 2556



- มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ร่วมกับเครือข่ายครูนักกรณรงค์ จ.ขอนแก่น จัดอบรมพัฒนาศักยภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ ณ โรงแรมอมรินทร์ลากูน จ.พิษณุโลก เมื่อวันที่ 14-15 มีนาคม 2556



- นพ.ชัยรัตน์ เตชะไตรศักดิ์ ผอ.สำนักงานบังคับคุมโรคที่ 8 นครสวรรค์ เยี่ยมชมบูรณาการมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ จัดแสดงในงานการสัมมนาสุขภาพเขต 18 เรื่อง “รู้ก่อน รู้ทัน ป้องกันได้” จังหวัดนครสวรรค์ เมื่อวันที่ 5-6 มีนาคม 2556

- การอบรมความรู้เรื่อง โถง พิษภัย ผลกระทบจากการสูบบุหรี่ cavernous มือสอง และแนวทางการดำเนินงานบ้านปลอดบุหรี่ ภายใต้กิจกรรม “เด็กอนุบาล กทม. รักษาน้ำดื่มปลอดบุหรี่” โรงเรียน กทม. ณ ศูนย์เยาวชน กทม. (ไทย - ญี่ปุ่น ดินแดง)

สารบัญ : หน้า

3 บทบรรณาธิการ 4-5 จับกระแส : ขนาดเพิ่ม ประสิทธิภาพยิ่งเพิ่มภาพคำเตือน 6 ความเคลื่อนไหว : เปิดโปงบริษัทบุหรี่...ซักใบชาไว้เรียกว่าสูบ 7 เวทีแสดงความคิดเห็น 8 เปิดโปง...อุตสาหกรรมยาสูบ : มาฐานักคนทำงาน 9 ข่าวรอบโลก 10 สายลับปราบบุหรี่ : จุดหยุดบุหรี่ 11 เก็บมาฝาก : มัลติปลอดบุหรี่ 12 พลังหมึก 13 บุหรี่กับสุขภาพ : เหตุผลที่หันตัวไปสูบบุหรี่ 14 Youth Talk 15 รอบรู้โรงเรียนปลอดบุหรี่ 16 ห้องสมุด ศจy. : หนุนขยายภาพคำเตือน 17 เครือข่ายวิชาชีพสุขภาพ 18-19 คุณหมอนักต่อสู้ : จดหมายเปิดผนึกถึงนายกรัฐมนตรี 20 แรกรับเชิญ 21 เล่าเรื่องบุหรี่ : บุหรี่กับการติดต่อของโรค 22 ลมหายใจหอม หอม



ศ.นพ.ประภิต วากิสาหกิจ

ทำไมจึงต้องไม่มีสินค้าบุหรี่ใน FTA

ระยะนี้จะเห็นมีการเคลื่อนไหวจากภาคประชาชนสังคม เรียกร้องให้รัฐบาลตัดบุหรี่และเหล้าออกจากรายการสินค้าที่จะรวมอยู่ในการเจรจา เปิดการค้าเสรีทั้งระดับทวิภาคี (ประเทศไทยต่อประเทศไทย) และพหุภาคี (ประเทศไทยต่อกลุ่มประเทศไทย หรือกลุ่มประเทศไทยต่อกลุ่มประเทศไทย)

มีคนถามว่า ก็ประเทศไทยเปิดเสริมสินค้ายาสูบมา นานแล้ว เขตการค้าเรื่องของอาชีวินหรืออาพาต้า ภายน้ำเข้าบุหรี่ต่างประเทศก็เป็นศูนย์แล้ว ทำไมยังต้องยืนยันให้นำสินค้าบุหรี่ออกจาก การการเจรจาเอฟทีเอของประเทศไทยกับประเทศไทยต่างๆ อีก

แสดงว่าคนจำนวนมากยังไม่เข้าใจเรื่องนี้ดีว่าขณะนี้การค้าบุหรี่ระหว่างประเทศไทยต่อ กิติกาขององค์การค้าโลกหรือดับเบิลยูทีโอ นั่นคือประเทศไทยต่างๆ สามารถออกกฎหมายควบคุมยาสูบ ที่เข้มงวดได้

มีข้อแม้อยู่ว่ากฎหมายที่ออกมานั้นต้องปฏิบัติอย่างเท่าเทียมกันระหว่างสินค้าผลิตภายในประเทศไทยและสินค้านำเข้า

การควบคุมยาสูบของประเทศไทยต่างๆ รวมทั้งของประเทศไทยอยู่ภายใต้เงื่อนไขนี้ ในระยะยี่สิบกว่าปีที่ผ่านมา

แต่เอฟทีโอ ที่กำลังมีการเจรจา กันในขณะนี้ เช่น ไทยกับสหภาพยุโรปหรืออียู ไทยกับทีพีพี (Transpacific Partnership) ได้มีการเพิ่มประเด็นเรื่อง “การลงทุน” เข้ามาด้วย

จะมีการขอเงื่อนไขที่บริษัทธุรกิจเอกชนเรียกร้อง ในการคุ้มครองผลประโยชน์ในการลงทุน ซึ่งเงื่อนไขที่ว่านี้ เป็นเงื่อนไขที่มากกว่าประเทศไทยสัญญาจะต้องปฏิบัติภายใต้กฎขององค์การค้าโลกหรือดับเบิลยูทีโอ หรือที่ภาษาอังกฤษ เรียกว่า Beyond WTO หรือนอกเหนือดับเบิลยูทีโอ

เรื่องนี้มีกรณีพิพากษาเกิดขึ้นแล้ว เรื่องมีอยู่ ว่ารัฐบาลอุรุกวัยออกประกาศให้บริษัทบุหรี่พิมพ์คำเตือนบนซองบุหรี่ขนาด 80% ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 บริษัทบุหรี่ฟ้องศาลในประเทศไทยอุรุกวัย แต่ศาลยกฟ้อง



บริษัทบุหรี่ข้ามชาติ ซึ่งมีฐานในประเทศไทยแลนด์ อาศัยข้อตกลงการค้าระหว่างประเทศไทยอุรุกวัยกับสหภาพยุโรป แลนด์ พ้องอนุญาโตตุลาการระหว่างประเทศไทยล่วงหาว่า การรัฐบาลอุรุกวัยออกกฎหมายให้พิมพ์คำเตือนขนาด 80% กระทบต่อการขายสินค้ายาสูบของบริษัทบุหรี่ในประเทศไทยอุรุกวัย

กรณีพิพากษานี้ยังอยู่ในระหว่างการเป็นคดีความกันอยู่

ที่นำเสนอคือ กรณีคำเตือนขนาด 80% ของอุรุกวัยนี้ ไม่มีใครฟ้องไปท่องค์การอนามัยโลกว่า คำเตือนมีขนาดใหญ่เกินไป

เชื่อกันว่าบริษัทบุหรี่รู้ดีว่าหากนำเรื่องขนาดภาพคำเตือนไปฟ้องดับเบิลยูทีโอ บริษัทบุหรี่จะเป็นฝ่ายแพ้ เพราะคงคึกคักกฎหมายมาอย่างตีแล้ว

หากกลับมาเรื่องเอฟทีเอของไทยกับประเทศไทยต่างๆ ในขณะนี้เป็นเรื่อง “Beyond WTO” หรือเงื่อนไข “นอกเหนือดับเบิลยูทีโอ” ซึ่งถ้าหากสินค้าบุหรี่ถูกรวมอยู่ด้วย และได้รับสิทธิเหมือนกับสินค้าอื่นๆ

บางกฎระเบียบรัฐบาลไทยจะออกมาใหม่เพื่อการควบคุมยาสูบ แม้จะไม่ดัดกฎระเบียบทองค์การค้าโลก

แต่อาจจะถูกบริษัทบุหรี่ฟ้องร้องว่า ขัดต่อข้อตกลงเอฟทีเอที่รัฐบาลไทยทำไว้กับประเทศไทยคู่ค้าก็ได้

นี่เป็นที่มาว่า ทำไมจึงต้องไม่ให้มีสินค้าบุหรี่อยู่ในเอฟทีเอ

รัฐบาลไทยต้องรู้ว่า ประเทศไทยมีความชอบธรรม ที่จะยืนยันว่าเราจะปฏิบัติต่อสินค้าบุหรี่ ภายใต้เงื่อนไขการค้าระหว่างประเทศไทยขององค์การค้าโลกเท่านั้น

สิทธิของธุรกิจเอกชนที่จะมีต่อสินค้าของตนที่จะมีนอกเหนือกฎหมายการค้าเสรี ต้องไม่ใช่สินค้าบุหรี่

เพราะบุหรี่เป็นทั้งสินค้าเสพติด

และครัวชีวิตครึ่งหนึ่งของคนที่ไม่เลิกสูบ

เฉพาะประเทศไทยคนไทยตายจากบุหรี่ปีละห้าหมื่นคน

ขนาดเพิ่ม ประสิทธิภาพยิ่งเพิ่ม ภารคำเตือน ...

ด้วยข้อตกลงขององค์การอนามัยโลกได้แนะนำให้สามารถใช้ประเทศควบคุมยาสูบด้วยมาตรการต่างๆ ภายใต้อุปสรรคความคุ้มยาสูบโดยเฉพาะนโยบายที่เรียกว่า Best buy หรือ “คุ้มค่าที่สุด” ยันได้แก่ การห้ามโฆษณา ทุกรูปแบบ การคุ้มครองผู้ไม่สูบบุหรี่จากการได้รับค่านุทรรศน์เมื่อสอง และการเตือนพิษภัยยาสูบ

การเตือนพิษภัยยาสูบที่มีประสิทธิภาพและคุ้มค่าที่สุด คือ การพิมพ์คำเตือนเป็นรูปภาพบนซองบุหรี่ โดยเฉพาะในสถานการณ์ของประเทศไทย ที่กว่าครึ่งหนึ่งของผู้ที่สูบบุหรี่มีการศึกษาและดับประณีตศึกษาหรือต่อต้านกว่าเกือบครึ่ง 70 ของผู้ไม่สูบบุหรี่ อาศัยอยู่ในเขตชนบทที่ลือชื่อดังๆ เช่นถึงได้น้อย คำเตือนบนซองบุหรี่จึงเป็นสื่อที่เข้าถึงผู้สูบบุหรี่ และครอบครัวได้มากที่สุด

งานวิจัยพบว่า คำเตือนบนซองบุหรี่ทำให้ผู้สูบบุหรี่รู้สึกพิษภัยของยาสูบมากขึ้น มีความคิดอย่างเลิกบุหรี่มากขึ้น และทำให้วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะริเริ่มการสูบบุหรี่น้อยลง งานวิจัยยังพบอีกว่า ประสิทธิภาพของภารคำเตือนพิษภัยเพิ่มขึ้นตามขนาดของภารคำเตือนที่ใหญ่ขึ้น



คณะกรรมการควบคุมการบริโภคยาสูบแห่งชาติ มีมติร่วมกันเสนอให้มีการขยายภารคำเตือนบนซองบุหรี่จากเดิมร้อยละ 55 เป็นร้อยละ 85 ของพื้นที่ซองบุหรี่ในการออกประกาศกระทรวงสาธารณสุขฉบับใหม่ รอวัฒนาตรีเข็นในเร็ววันนี้

ขณะนี้รัฐมนตรีลงนามในประกาศเรียบร้อยแล้ว และอยู่ในขั้นตอนของการประกาศในราชกิจจานุเบกษา

ซองบุหรี่แบบเรียบ กำจัด ของโรงงานยาสูบ

เมื่อเดือนธันวาคมปีที่แล้ว บุหรี่ทุกยี่ห้อที่ขายในออสเตรเลีย นอกเหนือจากภารคำเตือนขนาดใหญ่แล้ว ซองส่วนที่เหลือของบุหรี่ทุกยี่ห้อจะต้องเป็นสีเขียวมะกอกเหมือนกันหมดซึ่งยังคงเป็นขนาดเดียวกันตามที่กำหนดไว้ ไม่มีโลโก้ สี หรือลวดลายต์ไซน์ใดๆ อย่างที่เคยมี

ภาษาอังกฤษเรียกว่า เป็น “Plain packaging” ภาษาไทยก็เรียกน้ำเสียงว่า “ซองบุหรี่ไร้สีสัน” “ซองบุหรี่มาตรฐาน” หรือ “ซองบุหรี่แบบเรียบ”

บริษัทยาสูบใหญ่ชั้นชาติได้รวมหัวกันพ้องคิดว่า รัฐบาลออสเตรเลียล่วงละเมิดเครื่องหมายการค้าของแต่ละบริษัทแต่คลายกันพ้องไปแล้ว

ขณะนี้ประเทศอื่นๆ กำลังผลักดันกฎหมายของบุหรี่แบบเรียบตามอօสเตรเลีย ประเทศไทยควรจะผลักดันกฎหมายลักษณะเดียวกัน

การกำหนดให้ซองบุหรี่ทุกยี่ห้อมีสีเหมือนกันหมดพิมพ์ได้แต่ซื้อยี่ห้อที่เป็นตัวหนังสือแบบและขนาดเดียวกัน ทำให้บุหรี่ออกมายื่น แพงๆ เสียหายมากกว่าบุหรี่ของโรงงานยาสูบไทย

หลายสิบปีก่อน มีนักวิจัยการตลาด ส្នูลลีช บลอนดินิ ทำการวิจัยด้วยการเสนอขายบุหรี่マーลboroโดยนำบุหรี่ออกจากซองマーลboro รวมบารุงในซองลึ้นตาล ที่ไม่มีสัญลักษณ์สีแดง - ขาว เมื่อคนซอง

มา Merrill โบโรตามปกติ แม้ว่าเขาจะเสนอขายบุหรี่マーลboroที่บรรจุในซองสีน้ำตาลเพียงครึ่งหนึ่งของราคาร์ล โบโรตามปกติ แต่ผู้สูบบุหรี่เพียงหนึ่งในห้าเท่านั้นที่ยอมซื้อ

บลอนดินิ เชื่อว่าผู้สูบบุหรี่ยอมจ่ายแพงกว่าในการจ่ายเงินซื้อบุหรี่マーลboroของจริงเพื่อต้องการใช้ซองบุหรี่マーลboroเป็นสัญลักษณ์สื่อถึงผู้พบเห็น ถึงสนใจและสถานะของตัวเอง ผ่านการคุ้งซองบุหรี่マーลboroออกจากระยะวันละ 20 ครั้ง

หากวิเคราะห์กันให้ดีแล้ว ซองบุหรี่สีน้ำตาลที่บรรจุบุหรี่マーลboroที่เสนอขาย โดยลดราคาเหลือเพียงครึ่งเดียว ก็ยังคงไม่มีคนซื้อ ซองสีน้ำตาลก็คือ ซองบุหรี่แบบเรียบเหมือนกับที่อօสเตรเลียกำลังจะบังคับใช้นั่นเอง

ลองคิดดูว่า หากออกกฎหมายนี้ในประเทศไทยจะเกิดผลอะไรต่อตลาดยาสูบของไทยอย่างไร

บุจุบันนี้แม้โรงงานยาสูบจะครองส่วนแบ่งตลาด 79% และบุหรี่นอกครองตลาด 21% แต่หากคิดตามมูลค่าที่จำหน่ายลักษณะส่วนที่เป็นของบุหรี่นอกจะสูงถึง 75% เลยทีเดียว

นั่นคือ บุหรี่นอกครองตลาดส่วนใหญ่ส่วนใหญ่ และหนึ่งถึงสองปีมานี้โรงงานยาสูบก็เสียตลาดส่วนล่างให้แก่บุหรี่ยี่ห้อค่าฤกษ์จากจีนและเอมรไบมากขึ้นมากขึ้น

รูปการคือ ยังไงเสีย โรงพยาบาลสูบก็จะถูกแยกส่วนแบ่งตลาดไปทีละน้อยๆ โดยตลาดบุหรี่ส่วนบนถูกแยกไปโดยบุหรี่ข้ามชาติฝรั่ง และตลาดล่างส่วนล่างถูกแยกไปโดยบุหรี่ราคากลางจากจีนและเขมร อาทิตย์ของบุหรี่นอกที่แยกตลาดของโรงงานยาสูบคือ รูปลักษณ์ของซองและชื่อแบรนด์

ดังนั้นหากเราขัดจุดแข็งของบริษัทบุหรี่ข้ามชาติ โดยการออกกฎหมายของบุหรี่ชนิดเรียบให้บุหรี่ทุกยี่ห้อที่จะขายในประเทศไทยจะต้องมีสีของเหมือนกันหมดไม่มีโลโก้ลายใดๆ บุหรี่นอกนำเข้าราคาแพงจะได้รับผลกระทบมากที่สุด เพราะจุดขายที่รูปลักษณ์ของซองบุหรี่ไม่มีอีกแล้ว

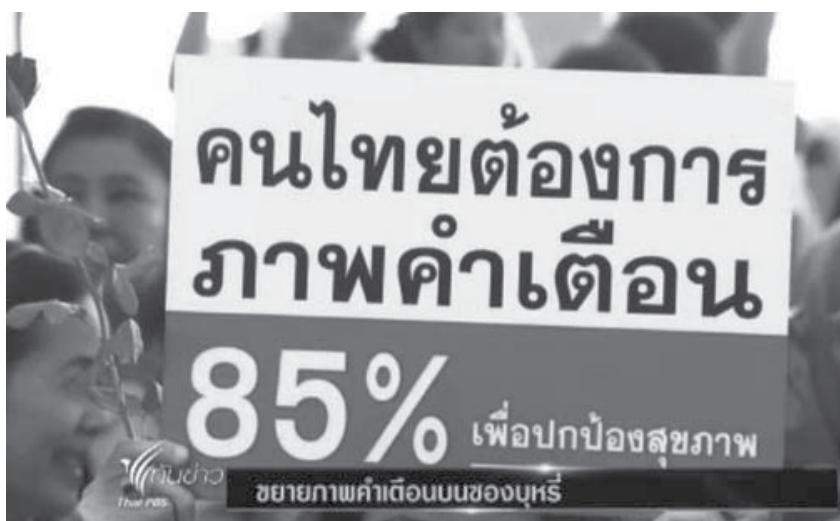
จึงเป็นไปได้สูงที่ผู้สูบบุหรี่นอกจะหันกลับมาสูบบุหรี่โรงงานยาสูบที่มีราคากลางกว่า ที่สำคัญนักสูบหน้าใหม่ ที่เห็นของ

นอกก็ขาดลิ้งที่จะเห่อ ทำให้เข้ามาติดบุหรี่น้อยลงหรือหันมาติดบุหรี่ไทยที่ราคากลางกว่า

ส่วนบุหรี่ของเรียบจะทำให้จำนวนคนไทยที่สูบบุหรี่ลดลงน้อยลงไป จนกระทั่งยอดขายของบุหรี่โรงงานยาสูบนั้น คงจะใช้เวลานานกว่าที่จะเกิด ทุกวันนี้มีคนไทยสูบบุหรี่ยาเส้นหวานเองถึงหากล้านคนที่รูปลักษณ์ของก็ไม่แตกต่างจากบุหรี่ของเรียบนัก

แค่จะเลิกสูบยาเส้นก็ยากแล้ว เพราะอำนาจการส่งติดที่รุนแรงของบุหรี่

โรงงานยาสูบจึงควรสนับสนุนหากรัฐบาลจะออกกฎหมายของบุหรี่แบบเรียบมาใช้ในประเทศไทย



ต่างประเทศก้าวหน้า นิวชีแลนด์ ออกกฎหมายพิเศษ “บุหรี่”

เวลลิงตัน นิวชีแลนด์ ประกาศเตรียมออกกฎหมายบังคับให้บุหรี่ท้ายสูบขายผลิตภัณฑ์ในบรรจุภัณฑ์แบบเรียบๆ ไม่มีคำโฆษณาเป็นประเทศที่สองในโลกที่เริ่มใช้มาตรการดังกล่าว

นางทาเรียรา ทูเรีย ผู้ช่วยรัฐมนตรีสาธารณสุกนิวชีแลนด์ กล่าวว่ารัฐบาลจะออกกฎหมายห้ามไม่ให้บุหรี่ผลิตบุหรี่พิมพ์เครื่องหมายการค้าหรือยี่ห้อของบุหรี่ลงบนซองและจะต้องพิมพ์ลิขอกล่องบุหรี่ให้เรียบๆ ไม่มีสีจัดจ้านชวนให้เลือกซื้อ

นอกจากนั้น บุหรี่จะต้องมีภาษของคนที่ป่วยเป็นโรคครายแรงที่เกิดจากการสูบบุหรี่และมีคำเตือนเกี่ยวกับผลกระทบด้านสุขภาพจากการสูบบุหรี่ ซึ่งจะช่วยลดความน่าดึงดูดของบุหรี่ที่มีต่อผู้บริโภค การออกกฎหมายดังกล่าวเพื่อป้องกันชีวิตชาวนิวชีแลนด์ที่ป่วยเป็นโรคครายจากบุหรี่และเสียชีวิตถึงปีละ 5,000 คน

ผู้ช่วยรัฐมนตรีสาธารณสุกนิวชีแลนด์ เปิดเผยว่า การออกกฎหมายควบคุมรูปลักษณ์ของบุหรี่จะมีขึ้นในปีนี้ แต่จะยังไม่มีการบังคับใช้จนกว่าจะมีการตัดสินคดีที่บุหรี่ท้ายสูบยืนฟ้องคดีค้านกฎหมายเบียบควบคุมรูปลักษณ์ของบุหรี่ของอสเตรเลีย ซึ่งอสเตรเลียเป็นประเทศแรกที่ออกกฎหมายลักษณะนี้ออกมาและกำลังดำเนินการห้ามการนำเข้าบุหรี่ผลิตบุหรี่

ดังนั้น นิวชีแลนด์ต้องรอผลการตัดสินคดีที่อสเตรเลียเสียก่อน หากบุหรี่แพ็คดีทางการนิวชีแลนด์จะได้ดำเนินการออกกฎหมายอย่างรวดเร็ว เพราะเชื่อว่าบุหรี่ผู้ผลิตบุหรี่จะไม่กล้าฟ้องร้องดำเนินคดีในลักษณะเดียวกับที่อสเตรเลีย

ด้านสมาคมโรคเมืองนิวชีแลนด์กล่าวว่าเห็นด้วยอย่างยิ่งกับการตัดสินใจของรัฐบาลขณะที่มุ่งเน้นการป้องกันเด็กเพื่อการไม่สูบบุหรี่นิวชีแลนด์ มองว่ามาตรการดังกล่าวจะช่วยป้องกันไม่ให้บุหรี่ท้ายสูบใช้การตลาดในการดึงดูดผู้บริโภคและจะยินดีมากหากรัฐบาลเริ่มใช้มาตรการดังกล่าวโดยทันที

ที่มา : หนังสือพิมพ์โลกวันนี้ คลอัมเบอร์ต้าประเทศไทย หน้า 43
วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2556

องค์กร SEATCA (Southeast Asia Tobacco Control Alliance) เครือข่ายควบคุมการบริโภคยาสูบอาชีวัน เผยว่า บริษัทผลิตยาสูบข้ามชาติยักษ์ใหญ่ ได้สนับสนุนการดำเนินงานของ “สมาคมผู้ปลูกยาสูบนานาชาติ (International Tobacco Growers Association, ITGA) ซึ่งในช่วง 2-3 ปีที่ผ่านมา สมาคมนี้ได้ให้ข้อมูลว่ามาตรการต่างๆ ในการควบคุมการบริโภคยาสูบที่องค์กรอนามัยโลกเสนอจะทำลายอาชีพของชาวไร่ยาสูบและปลูกระดมให้ชาวไร่ยาสูบลูกขี้ม้าคัดค้านมาตรการต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่ประเทศไทยเดินเข้าไปในประเทศไทยกลุ่มชาวไร่ยาสูบได้ลูกขี้ม้าคัดค้านเร่งกฎหมายการควบคุมการบริโภคยาสูบ โดยอ้างว่ากฎหมายฉบับใหม่นี้จะสร้างผลกระทบต่อชาวไร่ยาสูบ”



เปิดโปงบริษัทฯ ...เชกใจชาวไร่ยาสูบ



ศ.นพ.ประภิต วาทีสาหกิจ เลขาธิการมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เผยว่าในช่วง 20 ปีที่ผ่านมา ประเทศไทยมีมาตรการและกิจกรรมการควบคุมการบริโภคยาสูบที่มีประสิทธิภาพในภูมิภาค ทำให้อัตราการบริโภคยาสูบในเพศชายลดลงมาจากการไม่สูบบุหรี่อยู่ที่ 60% ในปี พ.ศ.2544 เหลือ 42% ในปี พ.ศ. 2554 ขณะที่จำนวนผู้สูบบุหรี่ยังอยู่ที่ 10 ล้านคน เพราะประชากรที่เพิ่มขึ้น ผลก็คือ ปริมาณการขายยาสูบปีละได้ลดลงแต่ยอดผลิตของโรงงานยาสูบลดลง เพราะส่วนแบ่งตลาดของโรงงานยาสูบลดลง เนื่องจากยาสูบนำเข้าได้เข้ามาตีตลาดยาสูบภายใต้ประเทศมากขึ้น

SEATCA กล่าวว่า ในหลายสิบปีที่ผ่านมาการปลูกยาสูบทำให้ชาวไร่ติดอยู่ในกับดักของความยากจน ขณะที่การปลูกยาสูบไม่ก่อให้เกิดผลบวกต่อระบบเศรษฐกิจที่มีนัยยะสำคัญต่อระบบการจ้างงานและการเกษตรกรรมโดยรวมในประเทศไทย ตัวเลขจำนวนชาวไร่ยาสูบมีสัดส่วนเท่ากับ 0.42% ของการจ้างงานโดยรวมของชาติ ข้อมูลจากการวิจัยทั่วโลกยังพบว่า รายได้จากการทำไร่ยาสูบต่อระบบเศรษฐกิจโดยรวมมีมูลค่าต่ำและไม่มีนัยยะสำคัญ โดยมีสัดส่วน 0.82% ในประเทศไทย 0.42% ในฟิลิปปินส์และ 0.35% ในประเทศไทย

Mary Assunta ที่ปรึกษาด้านนโยบายอาชญากรรมของ SEATCA ให้คำแนะนำว่าประเทศไทยทั้งหลายควรปฏิบัติตามกรอบอนุสัญญาว่าด้วยควบคุมการบริโภคยาสูบ ประเทศไทยจำนวน 176 ประเทศ ได้ตกลงร่วมกันเพื่อเสนอทางเลือกทางเศรษฐกิจที่มีประสิทธิภาพให้แก่ผู้ปลูกยาสูบ Mary กล่าวว่ายังมีพื้นที่อีกหนึ่ง ที่อีกหลายประเทศในกลุ่มอาเซียนเริ่มเปลี่ยนไปทำเศรษฐกิจที่ดีกว่าชาวไร่ยาสูบหลายประเทศในกลุ่มอาเซียนเริ่มเปลี่ยนไปทำ

เกษตรกรรมกับพืชชนิดอื่น เช่น

- ชาวไร่ยาสูบในประเทศไทยเดินเข้าไปเปลี่ยนไปเพาะปลูกพืชประเภทอื่น โดยได้รับการสนับสนุนจากรัฐบาลตั้งแต่ปี พ.ศ.2548 รองรัฐมนตรีกระทรวงเกษตรกรรม อุตสาหกรรม และการค้า กล่าวเมื่อเดือนมีนาคมปีที่แล้วว่าชาวไร่ยาสูบในประเทศไทยเดินเข้าไปเปลี่ยนไปเป็นพืชตระกูลปอ และรัฐบาลได้สนับสนุนงบประมาณจำนวน 751 ดอลลาร์สหรัฐต่อ 1 เฮกเตอร์ รวมโบนัสแก่ชาวไร่ยาสูบ เมื่อพากเพียบเปลี่ยนไปเพาะปลูกพืชชนิดอื่น

- งานวิจัยในประเทศไทยมีปี พ.ศ.2552 พบว่าเมื่อ 10 ปีที่ผ่านมา 40% ของชาวไร่ยาสูบได้เปลี่ยนไปเพาะปลูกพืชชนิดอื่น ชาวไร่พบว่าการเพาะปลูกยาสูบได้กำไรน้อยกว่าการเพาะปลูกพืชชนิดอื่นเนื่องจากมีต้นทุนสูงและราคายาสูบเปลี่ยนแปลงไปตามราคายาสูบในตลาดโลก

องค์กร SEATCA ได้สร้างเว็บไซต์ [WWW.SAVEOURFARMER.ORG](http://www.saveourfarmer.org) เพื่อนำเสนอข้อมูลและสถิติที่เป็นจริงเกี่ยวกับการปลูกยาสูบและไม่มีความประสงค์ที่จะสร้างความตื่นตระหนกให้แก่ชาวไร่ยาสูบแต่อย่างใดเพื่อเวลาเข้ายังคงมีสิทธิเลือกสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับชีวิตของเขาวeil นี้ยังนำเสนอข้อมูลและประสบการณ์จริงจากหลายประเทศเรื่องการทำเกษตรและการทำไร่ทาง

ข้อมูลจาก : Seatca เครือข่ายควบคุมการบริโภคยาสูบอาเซียน

บาร์เซโลนา จะไม่ยิ่งใหญ่เหมือนทุกวันนี้ เพียงถ้าวันนี้ โยอัน ครัฟฟ์ ไม่เลิกสูบบุหรี่

นักเตะเทวดาตัดชีคิดเหมือนคนติดบุหรี่ส่วนใหญ่ว่าจะเลิกเมื่อไหร่ก็เลิกได้แต่ เพราะไม่ยอมเลิกสักที ทำให้ขาดต้องเข้ารับการผ่าตัดทำบายพาสถึง 2 ครั้ง

ประกอบกับคำขอร้องจากภรรยาคู่หูก็คู่ยาก ครัฟฟ์จึงตัดสินใจเลิกเด็ดขาด และมันก็เปลี่ยนแปลงประวัติตามสตร์ ของสโมสรแห่งคadalánไปตลอดกาล

ครัฟฟ์เคยบอกว่าเขามีทุกอย่าง เพราะฟุตบอล แต่เขาเกือบสูญเสียทุกอย่าง เพราะบุหรี่

ถ้าวันนี้ในปี ค.ศ.1991 เขายังตัดสินใจอย่าขาดมัน เขายังไม่มีวันนี้และบาร์เซโลนา ก็อาจจะไม่ยิ่งใหญ่อย่างที่เป็น

ครัฟฟ์เริ่มสูบบุหรี่ตั้งแต่อายุยังน้อย แม้แต่ในวัยเด็ก ก็สูบถี่ แม้กระทั่งช่วงพักครึ่งเวลา หรือก่อนลงสนามแข่งยังสูบเป็นประจำ

ในวัยหนุ่มร่างกายยังแข็งแรง สูบเท่าไหร่ก็ไม่มีผล ยิ่งเมื่อผลงานในสนามยังยอดเยี่ยมทำให้มีใครกล้าเปิดปากวิจารณ์

จนถึงวันเลิกเล่นและเริ่มคุมทีม ในถิ่นคัมป์บูล เมื่อปี ค.ศ.1988 บุหรี่ก็ยังไม่ส่งผลกระทบไร่ เพราะครัฟฟ์ สามารถพาทีมคว้าแชมป์คัพวินเนอร์ส คัพ และโกปาเดล เรย์ ตั้งแต่ 2 ถูกยกแกร่ง

กระแทกทั่วโลก 1990-1991 ผลงานเริ่มตกต่ำ ตำแหน่งเริ่มสั่นคลอนทำให้ครัฟฟ์เครียดขึ้นอีกหลายเท่าและทางออกด้วยการสูบบุหรี่มากขึ้น และมากขึ้น

เขางานมากแต่ในอุโมงค์ สนามก่อนเริ่มเกม ริมสนาม ระหว่างเกม และในห้องเบลี่ยนเครื่องแต่งตัว หลังจบเกมทำให้อัตราความแต่ละวันไม่ต่ำกว่า 20 นาที

มีทุกอย่าง เพราะ ฟุตบอล ...แต่... เกือบเสียทุกอย่าง เพราะ บุหรี่

ในที่สุดปลายเดือนกุมภาพันธ์ ค.ศ.1991 ความเครียดและผลกระทบจากนิโคตินที่สะสมมาตลอดชีวิตก็แสดงความร้ายกาจของมา เมื่อครัฟฟ์เจ็บหน้าอกอย่างหนักจนต้องพาสลงโรงพยาบาลด่วน และต้องเข้ารับการผ่าตัดทำบายพาสถึง 2 ครั้ง

มาเรียว เบอดีด์ แพทย์ผู้ทำการผ่าตัดเปิดเผย ภายหลังว่า ครัฟฟ์โชคดีมากที่ไม่ตาย เพราะอาการของเขานักมากและยังดีที่มาถึง โรงพยาบาลเร็ว หลังผ่าตัดเปิดตืดบูกว่า ครัฟฟ์ยังสามารถกลับไปคุมทีมได้ แต่มีข้อแม้ 2 ข้อ คือ 1. ต้องพักต่ออย่างต่อ 2 เดือน และ 2. เลิกบุหรี่เด็ดขาด

ทางเลือกแรกแบบจะเป็นไปไม่ได้ในโลกฟุตบอล ครัฟฟ์จึงจำเป็นต้องเลือกทางที่ 2 ซึ่งเขายอมรับภายหลังว่า “ผู้คนจะพยายามไปแล้ว ถ้าหากยังสูบบุหรี่ต่อ”

หลังจากนั้น ยุคทองของบาร์เซโลนา ก็เริ่มต้น และครัฟฟ์ก็พาทีมคว้าแชมป์เป็นว่าเล่น ทั้งลาลีกา 4 สมัย และยูโรเปี้ยนคัพ จนเป็นที่มาของคำว่า “ดรีมทีม”

พอเลิกคุมทีม ครัฟฟ์ขับขึ้นทำหน้าที่ด้านบริหารให้สโมสร และการทำงานด้วยมันสมองที่ปลดปล่อย ทำให้เขารับรางวัล “لامาเชีย” ให้กับลายเป็นโรงเรียนฟุตบอลที่ดีที่สุดในโลก และเป็นสถานที่ค้นพบ ลิโอเนล เมสซี่



ครัฟฟ์ ยังเป็นผู้ผลักดัน แฟรงค์ ไรจาร์ด และเปป 瓜าร์ดิโอล่า ขึ้นมาคุมทีม จนคว้าแชมป์ยูฟ่าแชมเปียนส์ลีกได้อีก 2 ครั้ง จนเป็นเบื้องหลังทำให้บาร์ซายิ่งใหญ่คับโลกฟุตบอลอยู่ในปัจจุบัน

สุดท้ายแล้ว ครัฟฟ์จึงพูดถูกที่สุดที่บอกว่าเขามีทุกอย่าง เพราะฟุตบอลแต่เกือบเสียทุกอย่าง เพราะบุหรี่ ดังนั้น คราวที่ยังสูบบุหรี่ ถ้าไม่อยากเสียทุกอย่างที่มีไป ต้องทำอย่างไรคงไม่ต้องให้บอก

ที่มา หนังสือพิมพ์เคลินิวส์ คอลัมน์ กีฬา หน้า 17
วันที่ 4 มีนาคม 2556

มาธุรัจกคนทำงาน



สวัสดิ์ท่านผู้อ่านforall สารสามารถทุกท่าน ที่ผ่านมาคงลืมกันแล้วว่าให้จะเล่าเรื่องเปิดโปงบริษัทบุหรี่ วันนี้ขออนุญาต
ประชาชนสัมพันธ์หน่วยงานหนึ่งที่อยู่ในภูมิภาคที่ทำงานด้านการควบคุมยาสูบ นั่นคือ หน่วยปฏิบัติการและวิชาการด้านการ
ควบคุมยาสูบ มหาวิทยาลัยเรศวร หน่วยวิจัยฯ นี้ตั้งอยู่ที่จังหวัดพิษณุโลกและได้รับการสนับสนุนงบประมาณโดย สสส. ผ่าน
ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบและมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

หน่วยวิจัยฯมีพันธกิจหลัก ๆ คือ ทำงานวิจัยและวิชาการเพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบายสาธารณะด้านการควบคุมยาสูบ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในพื้นที่ 9 จังหวัดภาคเหนือตอนล่าง ได้แก่ พิษณุโลก นครสวรรค์ สุโขทัย ตาก เพชรบูรณ์ พิจิตร กำแพงเพชร อุทัยธานี และ อุตรดิตถ์ นอกจากนี้ เรายังทำงานโครงการศึกษาติดตามเฝ้าระวังอุตสาหกรรมยาสูบในประเทศไทยด้วย

พื้นที่ภาคเหนือตอนล่างในแม่น้ำเจ้าพระยาสูบ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นพื้นที่ที่น่าสนใจ เพราะมีความหลากหลาย ขับช้อนของบริบทพื้นที่ วัฒนธรรม และที่สำคัญเนื่องจากเป็นประตูสู่ภาคเหนือและเป็นพื้นที่ลีไอกอนโดยจีน ซึ่งคงจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่ความจริงทางวัฒนธรรมจะเข้ามาในอีกลองสามเป็นอย่างรวดเร็วจนเราอาจจะปรับตัวไม่ทัน

ถ้าคุณสถานการณ์ความชุกของการสูบบุหรี่ในจังหวัดภาคเหนือตอนล่าง เทียบกับทั่วประเทศ เรายังคง วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะสูบบุหรี่สูงขึ้นในหลายจังหวัดและเราเป็นพื้นที่ที่มีสัดส่วนการสูบบุหรี่มวนเองหรือยาเส้นสูง รวมถึงมีสองจังหวัดที่เป็นแหล่งเพาะปลูกใบยาสูบพันธุ์เบอร์เลี้ยมมากที่สุดในประเทศไทยนั่นคือ ลุ่มแม่น้ำแม่เจ้าและแม่น้ำป่าสัก

หน่วยวิจัยฯ ทำงานกับภาคประชาชนในพื้นที่หลายกลุ่ม แต่ที่เป็นเครือข่ายหลักคือ เครือข่ายองค์กรเดล้าภาคเหนือตอนล่าง ซึ่งมีสำนักงานภาคอยู่ที่จังหวัดพิษณุโลก ปัจจุบันเรามีแผนที่จะทำงานใกล้ชิดกับสมัชชาสุภาพจังหวัดมากขึ้น นอกจากนี้เรายังมุ่งทำงานกับภาครัฐโดยเน้นการทำงานร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด และสำนักงานควบคุมโรคที่ 8 และ 9 ผ่านกลไกคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จังหวัด จัดตั้งเครือข่ายนักวิจัยและวิชาการ รวมถึงการจัดเวทีคืนข้อมูลสัญจร และอื่นๆ

จากข้อมูลสถิติการสูบบุหรี่ของคนไทย ผู้ชายไทยยังสูบบุหรี่อยู่ถึง 42% และถ้าวิเคราะห์ลึกลงไปปัญหาเกือบทั้งหมดอยู่ในพื้นที่ต่างจังหวัดที่การรณรงค์ และการขับเคลื่อนนโยบายระดับพื้นที่ยังไม่เข้มข้นมากพอ ด้วยเหตุนี้หน่วยงานที่ดูแลจังหวัดควรหันมาให้ความสำคัญกับการรณรงค์และดำเนินการอย่างจริงจัง ไม่ใช่แค่การตั้งเป้าหมายที่ต้องการแต่ต้องมีการดำเนินการที่มีประสิทธิภาพและต่อเนื่อง

อินโด네เซีย : เพิ่มภาคคำเตือนบนบุหรี่

ประธานาธิบดีอินโดนีเซียลงนามในกฎหมายในกฎระเบียบที่กำหนดให้บนบุหรี่จำเป็นต้องมีภาพเตือนผู้บริโภค และสิ่งท้ามการใช้คำว่า รสอ่อน รสเบา หรือ Mild และ light ในการโฆษณาที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์ยาสูบ บริษัทผู้ผลิตยาสูบมีเวลา 18 เดือน ใน การเพิ่มรูปภาพเตือนบนบุหรี่ตามกฎระเบียบดังกล่าว

กฎระเบียบใหม่นี้จะยังคงอนุญาตให้มีการโฆษณาบุหรี่เกือบทุกรูปแบบ และยังไม่เข้มงวดเท่ากฎระเบียบในหลายประเทศทางตะวันตกและตลาดเอเชีย ขณะที่กัมลุง เกษตรกรผู้ปลูกยาสูบและบริษัทผู้ผลิตยาสูบในอินโดนีเซียได้คัดค้านกฎระเบียบดังกล่าว อินโดนีเซียเป็นประเทศหนึ่งที่มีอัตราการสูบบุหรี่สูงที่สุดในโลก

ที่มา : หนังสือพิมพ์แนวหน้า คอลัมน์สุดลับด้าห์ หน้า 17
วันที่ 13 ม.ค.2556

ตุรกี : ห้ามบาราภู่

หลังจากห้ามสูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะแล้ว ทางรัฐบาลตุรกีเดินหน้าอย่างต่อเนื่อง ห้ามสูบบาราภู่ในที่สาธารณะด้วยเช่น ในร้านกาแฟ บาร์ หรือร้านอาหาร ก่อนหน้านี้เมื่อปี 2552 ตุรกีทำให้การสูบบุหรี่ในที่สาธารณะเป็นสิ่งผิดกฎหมาย ห้ามเยาวชนสูบบาราภู่เท่านั้น

ที่มา : หนังสือพิมพ์เดลินิวส์ คอลัมน์ ต่างประเทศ
หน้า 12 วันที่ 3 ม.ค.2556

แมกซิโกชี้ : บกใช้กับบุหรี่ขับไล่ศัตรู

แวดวงนักธรมชาติวิทยา นักสุขวิทยา รู้กันดีว่า บรรดาคนปาร์ที้กลเม็ดป้องกันรัง โดยสร้างรังด้วยพืชที่มีสรรพคุณปล่อยสารเคมีอกมาขับไล่ศัตรูจำพวกเห็บ ไร ริน ที่ย่างรายเข้าบุกรุกบ้านบิวตี้ของพากมัน นกที่อาชัยอยู่ตามเมืองและชุมชนปรับกลยุทธ์ของนกป่าในการจัดผู้รุกราน เมื่อหาพืชสารเคมีไม่ได้ หรือหาได้ยากก็หันไปใช้กับบุหรี่ใส่ร้อนรัง เพราะใบยาสูบมีคุณสมบัติดังกล่าว

ผลการศึกษาวิจัยล่าสุดพบว่าสัตว์ปีกตระกูลนกหลายชนิดพัฒนาตัวเองขึ้นไปอีกขั้นหนึ่งคือ เสาหา “กันบุหรี่” ที่มีนุษย์สูบแล้วทิ้งนำมาเลี้ยงไว้รายรอบรังเป็นอาชูธเด็ดกำจัด เห็บ ไร ริน ที่ย่างรายเข้าบุกรุกบ้านบิวตี้ของพากมัน นกที่อาชัยอยู่ตามเมืองและชุมชนปรับกลยุทธ์ของนกป่าในการจัดผู้รุกราน เมื่อหาพืชสารเคมีไม่ได้ หรือหาได้ยากก็หันไปใช้กับบุหรี่ใส่ร้อนรัง เพราะใบยาสูบมีคุณสมบัติดังกล่าว

นิโคตินและสารเคมีอื่นๆ ในบุหรี่ ทำหน้าที่ยาพ่นแมลงและปรสิตที่รังความได้ดีมากแล ขณะเดียวกันเซลลูโลสในก้นกรองบุหรี่ก็ให้ประโยชน์เป็นฉนวนปักคลุมรังอีกด้วยหาก

ไทย : ค่อยยาดอายุได้ ต้องเลิกก่อน 40 ปี

ค่อยยาใจแข็งสามารถเลิกบุหรี่เร็วได้ก่อนอายุถึง 40 ปี จะสามารถมีอายุยืนได้พอๆ กับผู้ไม่สูบบุหรี่ เพราะเป็นที่ทราบกันอยู่แล้วว่า บุหรี่สามารถทำให้อายุเราะสั้นลงได้อย่างต่อถึง 10 ปี

ดร.ประภาส เจริญ หัวหน้าศูนย์วิจัยสุขภาพทั่วโลกของโรงพยาบาลเซนต์ไมเคิล แคนาดา กล่าวว่า “นี่ไม่ใช่จะบอกว่าค่ายาควรจะสูบบุหรี่ไปจนอายุ 40 ปี แล้วค่อยหยุด หากแต่ถ้าเทียบกับผู้ที่ยังชีนสูบอยู่ มันก็ยังน้อยกว่ากันมาก”

รายงานการศึกษาของวารสาร “การแพทย์นิวอิงแลนด์” แจ้งว่า ค่อยยาที่เลิกยาเสพติดชนิดนี้ได้ตอนอายุระหว่าง 35-44 ปี จะมีอายุยืนขึ้นได้อีก 9 ปี ส่วนผู้ที่เลิกได้เอาเมื่ออายุระหว่าง 45-54 ปี กับอายุ 55-64 ปี จะมีอายุได้อีก 6 และ 4 ปี ตามลำดับ เขายังเปิดเผยว่า “ผู้หญิงที่สูบเท่าผู้ชาย ก็จะมีโอกาสตายเท่ากับชาย อย่างเช่น ค่อยยาทั้งชายและหญิงวัยระหว่าง 25-79 ปี จะมีอายุสั้นกว่าผู้ไม่สูบถึง 3 เท่า ผู้ที่เกลี้ยดบุหรี่จะมีชีวิตอยู่ได้จนถึง 80 ปี มาากกว่าคนสูบบุหรี่ถึง 2 เท่า”

ที่มา : หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ คอลัมน์นิวิทยาการ - เกษตร
หน้า 7 วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2556

อังกฤษ : กั้งสูบ กั้งดีม เพิ่มพิษของการเม้าค้าง

นักวิจัยของศูนย์ศึกษาการติดเหล้าและยาเสพติดมหาวิทยาลัยบรูวน์ ศึกษาจากนักศึกษา 113 คน พบว่า ผู้ที่เป็นคอเปปิกินเบียร์ถึงช้ำโอมงะ 6 กระป่อง หากพ่นควันไปด้วยจะเม้าค้างอย่างหนัก พวกเขาระบุว่าหากการคันพับนี้จะทำให้ค่อยาค่อยเพลการสูบเงงบ้าง

ดร.คามารัล โรห์เซนาร์ นักวิจัยผู้นี้ กล่าวว่า “แม้จะเป็นคอเหล้าที่ดีเมื่อเท่ากันแต่วันไหนพ่นควันนก็จะเม้าค้างหนัก เช่นกัน หรือเม้ากับการเม้าค้างโดยตรง อาจจะเพราะฤทธิ์ของนิโคตินที่มีต่อระบบประสาท”

ที่มา : หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ คอลัมน์นิวิทยาการ หน้า 7
วันที่ 11 ม.ค.2556

นักวิทยาศาสตร์ในกรุงแม็กซิโกชี้ ศึกษาวิจัยรังนกจะออกบ้านและนกจะจับบ้าน พบร้า เฉลี่ยรังหนึ่งๆ มีกันบุหรี่อยู่ร้า 10 ชั้น บางรังมีมากถึง 48 ชั้น

พฤติกรรมแปลงๆ นั่นบว่า เหล่าสกุณาเฉลี่ยวฉลาดอย่างคาดคิดไม่ถึง?

ที่มา : หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ คอลัมน์นิวิทยาการ หน้า 2
วันที่ 7 ม.ค.2556

จุดหยุดบุหรี่... ภูมิปัญญาไทยในโครงการเพื่อนช่วยเพื่อน ต.โพนทอง อ.เมือง จ.เชียงใหม่

ทีมงาน “โครงการควบคุมบุหรี่ (ยาเส้นหรือมวนเอง) โดยใช้ชุมชนเป็นฐาน” ได้ออกติดตามเยี่ยมเยือน สถานที่ความก้าวหน้า และปัญหาอุปสรรคของโครงการในจังหวัดชัยภูมิ ได้พบเห็นกิจกรรมดี/เด่นที่น่าสนใจมาก many ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมตักบาตรบุหรี่ ค่ายลดลง เลิก เทเหล้าเผาบุหรี่ ฯลฯ

แต่ที่จะหิบยกมาแบ่งปันกันในวันนี้ก็คือ “กิจกรรม 5 จุดหยุดบุหรี่” ของโครงการเพื่อนช่วยเพื่อนตำบลโพนทอง ที่ได้นำศาสตร์แห่งการนวดกดจุด ซึ่งเป็นวิธีหนึ่งในการช่วยเลิกบุหรี่ด้วยวิธีธรรมชาติหรือแพทย์ทางเลือก ...และเพื่อท้าพิสูจน์ให้เห็นจริง ก็ได้ทำการทดสอบ/สาธิตกับตัวแทนผู้สูบบุหรี่ 3 ท่าน และให้อาสาสมัครที่ผ่านการอบรมและมีความชำนาญเป็นผู้ลงมือนวด



พิษบุหรี่สู่...ลูกหลาน

ดร.จอยหัน เอสเทอร์เดย์ จากสถาบันวิจัยใบโอมเติคัล สหรัฐอเมริกานี้สารนิโโคตินให้หมุดลองที่กำลังห้องก่อนจะศึกษาการถ่ายทอดสารพิษทางพันธุกรรมจากลูกหนูรุ่น 1 รุ่น 2 และรุ่น 3 ปรากฏว่าลูกหนูทั้ง 3 รุ่นมีปัญหาระบบทางเดินหายใจทึ้งที่แม่หนูรุ่น 1 และ 2 ไม่ถูกฉีดสารนิโโคติน

ผู้เขียนชี้ว่าฐานสรุปว่าแม่หนูรุ่น 1 จะไม่ได้รับสารนิโโคติน แต่แม่หนูตัวแรกได้ถ่ายทอดยืนเลี้ยงรุ่นต่อๆ ไป ซึ่งจากการรวบรวมข้อมูลด้านสุขภาพของคุณยายที่มีประวัติการสูบบุหรี่ ทั้งระหว่างตั้งท้อง หรือสูบบุหรี่เป็นนิสัย พบร่วมลูกรุ่นแรกมีปัญหาในระบบทางเดินหายใจและยังคงส่งต่อความผิดปกติไปยังรุ่นหลาน และเหลือนอย่างไม่น่าเชื่อ ข้าร้ายทุกวันนี้มีผู้หญิงสูบบุหรี่มากกว่า 250 ล้านคนทั่วโลก

โดยมีขั้นตอนคือ ก่อนทำการนวดนั้น ได้ให้ทึ้ง 3 ท่าน สูบบุหรี่ก่อน 1 นาว จึงเริ่มนวดใช้เวลาประมาณ 10 นาที จากนั้นให้ทึ้ง 3 ท่าน ทดสอบสูบบุหรี่อีกรอบหนึ่งผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น (จากการสัมภาษณ์) คือรับรู้ถึงรสชาติของบุหรี่จีดลง ไม่น่าสูบทำให้ไม่อยากสูบ

ผลการวิจัยจำนวนมากเกี่ยวกับการกดจุดชี้ตัวส่วนปลายของ “เท้า” ของเราจะมีปลาย拜师学艺ไปยังอวัยวะต่างๆ ของร่างกายโดยการกดจุดที่เน้นบริเวณที่สะท้อนไปยังส่วนสมองนั้นจะเป็นการกระตุ้นให้สมองหลั่งสารเคมีอوكมาทำให้กระปรี้กระเปร่ามีความสุขเสมือนกับกลไกการทำงานของนิโโคติน เมื่อร่างกายหลั่งสารเคมีได้เองทำให้การสูบบุหรี่ที่มีสารนิโโคตินมีรสชาติจีด ขม ทำให้ผู้สูบบุหรี่ไม่อยากสูบ

ดังนั้นการนำวิธีการนี้เข้ามาใช้ร่วมในกิจกรรมช่วยเลิกบุหรี่ จึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่น่าสนใจ ด้วยเหตุนี้ เราจึงเก็บมา... บอกต่อ

สนใจข้อมูลดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.facebook.com/smoke55 หรือติดต่อที่ คุณบุญพิสูญ ธรรมกุล

โทร 081 9666318

ที่มา : หนังสือพิมพ์ข่าวสด columnbันเทิงเยาวชน หน้า 24
วันที่ 12 มีนาคม 2556



และร้อยละ 12 สูบในช่วงตั้งครรภ์ เด็กจึงเกิดมาพร้อมความบกพร่องอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

ประกาศเจตนารมณ มัสยิดปลอดบุหรี่ ทั้งจังหวัดและทั่วประเทศ

วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2556 คณะกรรมการอิสลามประจำจังหวัดประจำคีรีขันธ์ (คกอ.) ร่วมกับศูนย์กิจกรรมภาคกลาง มูลนิธิสร้างสุขมุสลิมไทย (สสม.) นำโดยนายวีระ มนสาคร ผู้อำนวยการศูนย์กิจกรรมภาคกลาง (ลา คอมร.) จัดโครงการประกาศเจตนารมณเป็นมัสยิดปลอดบุหรี่ทั้งจังหวัด โดยมีนายสิริวุฒิ เหมหทัต ปลัดจังหวัดประจำคีรีขันธ์ให้เกียรติเป็นประธานในพิธี นายยุชูฟ โต๊ะวงศ์ ประธานคณะกรรมการอิสลามประจำจังหวัดประจำคีรีขันธ์กล่าวรายงาน

สำหรับไฮไลท์ของงานมีการร่วมใจของอิหม่าม 12 นั้นยิดในจังหวัดประจำคีรีขันธ์ พร้อมใจกันทั่งบุหรี่ลงในถังขยะ จากนั้นประธานในพิธีทำการปิดถังขยะและมีเจ้าหน้าที่สำรวจและอาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือนร่วมกันนำถังขยะไปทิ้ง

นอกจากนี้ยังมีการบรรยายพิเศษเรื่อง บทบาทของมัสยิดกับโครงการมัสยิดปลอดบุหรี่ โดยนายยุชูฟ โต๊ะวงศ์ ประธานคณะกรรมการอิสลามประจำจังหวัด และการบรรยายวิชาการเรื่อง “อบายมุขในเยาวชน” โดย คุณมณฑา ขันเม่น ฝ่ายงานเวชกรรม โรงพยาบาลจังหวัดประจำคีรีขันธ์

นายวีระ มนสาคร ผู้อำนวยการศูนย์กิจกรรมภาคกลาง (ลา คอมร.) กล่าวว่า มัสยิดเป็นสถาบันที่สำคัญในชุมชน ในแต่ละมัสยิดจะประกอบด้วย อิหม่าม คอเตี๊บ บิหลั่น ผู้บริหารหรือกรรมการมัสยิดทำหน้าที่บริหาร จัดการรับผิดชอบต่อมัสยิด ลังคમและชุมชน

ด้วยความสำคัญตรงนี้ถ้าหากเราสามารถทำให้ชุมชนรอบๆ โดยมีมัสยิดเป็นศูนย์กลางแห่งการเรียนรู้ เกิดการพบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ปัญหา และข้อเสนอแนะ ทำให้คนในชุมชนตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาวะซึ่งครอบคลุมในทุกๆ ด้านของชีวิต ทั้งต่อตนเองครอบครัว ชุมชน

มัสยิดนอกจากจะเป็นสถานที่ที่เอื้ออำนวยต่อการกัดต่อพระผู้เป็นเจ้า (ปฏิบัติศาสนกิจ) แล้ว ต้องเป็นสถานที่ที่สะอาดปลอดภัยดังจะเห็นได้จาก



ปัจจุบันที่หลายองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนได้เข้ามาให้ความสำคัญในการจัดการมัสยิดเพื่อให้มีลักษณะดังกล่าว ซึ่งต้นโดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านสุขภาวะ มัสยิดไม่ควรมีการกระทำการใด ๆ ที่ทำลายสุขภาวะในทุกด้าน

การพบปะของคนในชุมชนที่มัสยิด จึงมักพบเห็นการสูบบุหรี่ในบริเวณมัสยิดกันจนชินตา จากการสำรวจพบว่า ชาวบ้านส่วนใหญ่ มักจะสูบบุหรี่ในช่วงรอละหมาดและหลังจากละหมาด อีกทั้งในจำนวนผู้สูบบุหรี่ส่วนหนึ่งก็เป็นกรรมการมัสยิดและอิหม่าม (บางแห่ง) ลภพ ดังกล่าวก่อให้เกิดภาพลักษณ์ที่ไม่ดีต่อมัสยิดและศาสนาอิสลาม โดยรวมมัสยิดควรเป็นสถานที่ที่ปลอดจากสิ่งเหล่านี้

ดังรายงานจากญาบีร บินอับดุลลอห์ กล่าวว่า ท่านราษฎร์ (ช.ล.) กล่าวว่า “ผู้ใดรับประทานกระเทียมหรือหัวหอม และสิ่งที่มีกลิ่นแรงห้ามเข้ามัสยิดจนกว่าเขาจะได้ขัดออกโดยการแปรงพัน การบวนปากเสียก่อน” จะเห็นได้ว่าแม้แต่กระเทียมผู้ที่รับประทานยังห้ามเข้ามัสยิด แล้วล่ะที่มีกลิ่นแรงกว่าและมีโถงมากมายทั้งต่อตัวเองและคนรอบข้างอย่างบุหรี่ก็ไม่สมควรอย่างยิ่งที่จะเข้ามัสยิด

เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องและมีการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม แผนงานสร้างเสริมสุขภาวะมุสลิมไทยเพื่อการพัฒนาได้ร่วมมือกับคณะกรรมการอิสลามประจำจังหวัด จัดโครงการมัสยิดปลอดบุหรี่ขึ้นกับมัสยิดทั่วประเทศไทย โดยมุ่งหวังให้มัสยิดร้อยละ 10 ของมัสยิดทั่วประเทศไทย (ประมาณ 355 แห่ง) เป็นเขตปลอดบุหรี่อย่างจริงจัง ผ่านกระบวนการทำความสะอาดเข้าใจนำไปสู่ความร่วมมือของชุมชนต่อไป

บุหรี่... ໃນເຮືອຕໍ່າທຳ ອວກສ ແລະ ພາ

ໃນທຸລະມະຍຸທີ່ 60 ເອຣິວັນ ອັລເລນ (Irwin Allen) ໄດ້ ຄໍານະຍາການສ້າງໜັງໃຫ້ໄຟເພື່ອຈາຍທາງໂກຣທັນຍູ້ 4 ເຮືອງຄື່ອງຈຸນ ກ້າຍໃຫ້ກະເລື້ອງ ໂກພຶກວົງ ອຸໂມງຄົມຫັກຈະຣາຍ ແລະ ເມື່ອງຄົນຍັກໝໍ ທັ້ງສີ່ ເຮືອງເປັນໜັງທີ່ວິກລາສີສັກຕົວດົກດາລ

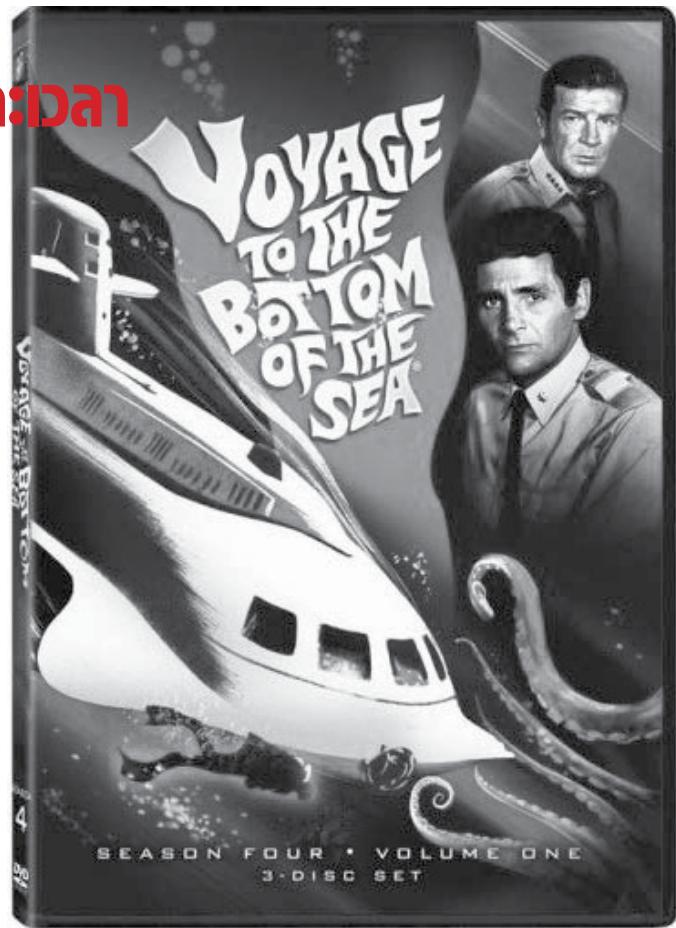
ຜົງກ້າຍໃຫ້ກະເລື້ອງ ຢ່ວ່າ Voyage to the Bottom of the Sea ເປັນໜັງຂໍາດໍາຈາຍທາງຊ່ອງລົບງານຂຸ້ນພຣມຕອນບ່າຍວັນອາທິດຍໍ ຖຸກສັປດາທີ່ ນໍາແສດງໂດຍ ວິຫາວົດ ເບສອາງກ ຮັບນັກພູນຄູ້ຈາກຮແຊຣີແມນ ເນລັ້ນ ແລະ ເດີລັ້ນ (David Hadison) ຮັບທກປັດນີ້ ເຄຣນ

ຜົງກ້າຍໃຫ້ກະເລື້ອງເປັນໜັງນີ້ຢາຍວິທາຍາສຕຣ໌ທາງໂກຣທັນ ທີ່ອອກຈາຍຕ່ອນເນື່ອງຍາວນາຮົມ 4 ດຸດກາລ 110 ຕອນ ຮະຫວ່າງປີ 1964 - 1968 ອັລເລນສ້າງຜົງກ້າຍໃຫ້ກະເລື້ອງເປັນໜັງສື່ຈາຍໄວ່ ກາພຍນຕຣ໌ເມື່ອປີ 1961 ກ່ອນແລ້ວ ດ້ວຍຊ່ອເດີວັກນີ້ ເຮືອ Voyage to the Bottom of the Sea

ຕອນໄພລື້ອຕ (pilot) Eleven Day to Zero ໜັງເປີດ ຕ້ວເນລັ້ນສີແລະເຮືອດໍານຳປ່ຽນມາຖື້ວິວຕາມຂັບຂອງໜັງຈາກການມາດີ ການກິຈແຮກຂອງໜີວິກວົງ ອັນໄດ້ເປັນໜັງທີ່ວິທາຍາສຕຣ໌ທາງວິທາຍາສຕຣ໌ທຸດຍັງກາරກ່ອດ້ວຍຄົນຍັກໝໍ ມີໂດຍມີຝ່າຍຕຽງ ຊັ້ນຕາມຊັດວາງອຍ່າງໄມ້ດຸລະ ຕອນທີ່ສອງ The City Beneath the Sea ໜັງຈຸນເຂົ້າສູ່ເຂົາແດນນີ້ຢາຍວິທາຍາສຕຣ໌ທີ່ວິ່າງເຮືອງຮາກ ການຄັ້ນພບເມື່ອໃຫ້ສຸກທີ່ສ້າງໂດຍນັກວິທາຍາສຕຣ໌ແລະ ນາຍຖຸນ ພິກາຮີໃນແຄບທະເລື້ອເຈີ່ຍ ປະເທສະກິກ ລັງຈາກນັ້ນໜີວິວຕົງຈຸນກ້າຍ ໄປທ່ວໂລກດໍາວິນແວໜັງທີ່ຕ່າງໆ ກ່ອນອອກໄປອ່າຍ່າງໄມ່ນ່າເຊື່ອ ເຊັ່ນ ພບ ແພລົງຄົດນັ້ນຍັກໝໍ ຈາກຄວາມພິດພາດທາງກາຮັດລອງວິທາຍາສຕຣ໌ ໃນ The Price of Doom ຢ່ວ່າພບມູນໝໍຍໍຕ່າງດາໃນ The Sky is Falling ຢ່ວ່າພບສ້ວ່ລ້ານປີໃນ Turn Back to the Clock ນອກຈາກນີ້ຍັງມີປາກໜີກ້າຍ ປລາວາພຍັກໝໍ ມູນໝໍຍໍໝາປ່າ ພຣາຍທະເລ ຍລະ

ເມື່ອພົມກລັບມາດູ້ໜັງໜຸດນີ້ຫ້າຈຶ່ງພບວ່າ ຜູ້ກາຮັດລັ້ນສູນບຸ້ຫີ ຮະຫວ່າງບັງຫຼາກໃນເຮືອດໍານຳເສມອງ!

ໂລກພຶກວົງ ຢ່ວ່າ Lost in Space ແປດຕາມຕ້ວ່າຫລັງທາງ ໃນອວກສ ຮ່ວ່າຫຍໄປໃນອວກສ ໜັງກໍາທັນໃຫ້ເປັນປີ 1997 ເມື່ອ ຄຣອບຄຣວິບນັ້ນທີ່ປະກອບດໍາວຍ ດຣ.ຈອທິນ ແລະ ດຣ.ມວຣີນ ໂຮບິນ ລັ້ນກັບລູກສາມຄນຄົ່ນ ຈຸດີ ເພນີ ແລະ ວິລ ໂຮບິນລັ້ນ ໄດ້ຮັບການຕັດເລືອກ ຈາກອົງການວິທາຍາສຕຣ໌ທີ່ ໄທເປັນຄຣອບຄຣວິບຄຣວິບແກຣກທີ່



ຈະເດີນທາງໄປກາແລົກຊື່ອລັບພາເຊັນທອຣີເພື່ອຕັ້ງກຣາກໃໝ່ ໜັງນັກວ່າປີ 1997 ເປັນປີທີ່ປະກາຊາກເວັ້ນລັ້ນໂລກແລ້ວ ແລະ ມີຄຣອບຄຣວິບຄຣວິບ ອາກາສມາກຄົງສອງລ້ຳນັກຄຣອບຄຣວິບ!

ນອກຈາກຄຣອບຄຣວິບໂຮບິນລັ້ນແລ້ວ ຍັງມີດ້ວລະຄຣອິກ 3 ດົນ ຄື່ອັນດອນ ເວສົດ ທໍາທັນທີ່ຜູ້ນັກກັບກັນ ດຣ.ແຊກຄາວີ ສມື່ອ ນາຍ ແພທີ່ທີ່ໄມ້ເດີຮັບເຫື່ອ ແລະ ທຸ່ນກະປ່າງປ່ອງ B9 ທີ່ຈິງຈັງໄມ້ເດີຕັ້ງຊ່ອໃຫ້ເພີ່ງ ເຮີຍກ່າວ Robot ຕລອດທັງເຮືອງ ຜັນຈາຍອູ່ນານ 3 ດຸດກາລ ລວມ 83 ຕອນ ຮະຫວ່າງປີ 1965 - 1968 ໂດຍທີ່ຄຸດກາລແຮກເປັນໜັງດໍາເຫັນເຫື່ອ ກັບຜົງກ້າຍໃຫ້ກະເລື້ອງຖຸກກາລແຮກ

ຍານຈຸປີເຕົອຮຸດອກນອກເລັກທາງເພຣະຝີມີວິນາສກຣມ ຂອງ ດຣ.ສມື່ອ ທີ່ຈິງເປັນທີ່ຮູ້ຈັກນັດໃນສັນນິ້ນວ່າ “ໜ່າຍສມື່ອ” ພວກເຂາ ພບກັບຍານເອເລີ່ມລໍາຍັກໝໍຮູ່ປ່າງພິລິ້ນທີ່ມີເລີ່ມຮູ່ປ່າງຄລ້າຍ ພອນໜ້າໄຟຟ້າທີ່ພິລິ້ນພອກນັ້ນເປັນອ່າຍ່າງແຮກ ຈາກນັ້ນພວກເຂົາກ່ອນ ລົບນັດວາເຄຣະທີ່ດົງໜັງທີ່ພົຈະໃຊ້ເປັນທີ່ອູ້ຄ້າຍໄດ້ ລົງລັກບັກ ຈຸານຮອບຍານຈຸປີເຕົອຮຸດສ້າງສະນາມພັ້ນແກນຮັວ້ວິນຍາມຄໍາຄືນ ປຸລູກພື້ນັກ ພລິມີກິນເອງ ເກັບລົງໝີມແບນໜີໃສ່ໝາກຂົນ ສມັດຕິໃຫ້ເປັນສັຕ່ວົງຕ່າງດາ ທີ່ຈົບປັນນີ້ເລີ່ມ ຜົງກ້າຍຍັກໝໍໃຫ້ຄລອບປົສຕາເຕີຍວິ່ງເຫັນຫຼັດເຈັນວ່າເປັນ ຄນໃສ່ຊຸດຍາງນໍາຂໍາ (ແຕ່ກົນໜ້າຕື່ນເຕັ້ນມາກລໍາຫວັບເດືອກເມື່ອຄົງອາຍຸໄມ່ເກີນ ສົບຂວບ) ລັງຈາກນີ້ຈຶ່ງເປັນການຜົງກ້າຍໄປທີ່ລະຕອນໆ ອົກນານແສນ ນານຈົບຄຸດກາລທີ່ທີ່ ເປັນຄຣອບຄຣວິບຄຣວິບແກຣກທີ່

(ອ່ານຕ່ອທັນ 13)



ตึก พิลลิป หลังทางไปตามเวลาต่างๆ นาน 30 ตอน ตอนแรกไปลงที่เรือไทยานิค วันที่เรือจะชนก้อนน้ำเข็งแล้วจม แล้วไปที่เพิร์ล ชาเบอร์หนึ่งวันก่อนที่กองเรือญี่ปุ่นจะถล่มสหราชอาณาจักร แล้วไปโผล่ที่เกาะการากาตัว อินโดนีเซีย ในวันที่ภูเขาไฟจะระเบิดส่งฝุ่นและขี้เก้าปลิวอบใบโลกสองรอบเครื่อง เกาะทั้งเกาะจะหายไป มหัศจรรย์ที่สุดคือ ไปปรากฏตัวกลางฟากฟ้าครามกรุ่นทรอย และได้แต่งตัวเข้ากรุงทรอ ยกห้องม้าไม้ยกป้อมของยุคสมัยนั้นด้วย

หัวหน้าโครงการคือนายพลเยี้ยวัด เครื่อง เข้าสูบหรี่ในกองบัญชาการซึ่งตั้งอยู่ที่ปากอโ蒙ค์เวลา!

ผลได้ดู เมืองคนยักษ์ หรือ Land of Giants ซึ่งออกอากาศระหว่างปี 1968-1970 ไม่นานนัก จึงจำไม่ได้ว่า “ยักษ์” สูบบุหรี่หรือเปล่า ถ้าให้ทายก็คงจะสูบ เพราะยักษ์ในหนังเรื่องนั้นก็คือคนอเมริกันในอีกมิติหนึ่งเท่านั้นเอง

ເຫດພາລີ່ທັນຕິພາບຍົງ ສູບບຸທຣີນ້ອຍກືສຸດ

“อะไรทำให้อัตราการสูบบุหรี่ของทันตแพทย์ต่ำที่สุด” คือชัยไทยสูบบุหรี่ประมาณ 42-45% แพทย์เพศชายสูบบุหรี่ประมาณ 3% แต่ทันตแพทย์สูบบุหรี่ประมาณ 1%

เพื่อนๆ ทันตแพทย์คิดว่า เพราะความใกล้ชิดกับคนไข้ทำให้ทันตแพทย์ไม่สูบบุหรี่ เพราะหากสูบบุหรี่ก็ลินเหม็นบุหรี่จะติดตัว คนไข้จะรู้ว่าหมอยังคงพื้นของเขางานบุหรี่

ลองคิดดูว่า “ความใกล้ชิด” กับคนใกล้ๆ ระหว่างแพทย์กับพนักงานแพทย์ มันต่างกันอย่างไร

จึงพบว่า ทันตแพทย์ไกลีชิดกับคนไข้เวลาทำฟัน ส่วนแพทย์ไกลีชิดกับคนไข้เวลาตรวจร่างกายเวลาทำฟัน หมอยังจะอยู่ใกล้ชิดคนไข้ แต่ละรายเป็นเวลา 20-30 นาที หรือนานกว่านั้น ในขณะที่คนไข้แต่ละรายต้องตื่น เพื่ออาบากให้ทำฟัน

เที่ยบกับแพทย์ที่ตรวจรักษาคนไข้แต่ละรายใช้เวลาส่วนใหญ่ 3-5 นาที อายุงานนัก 10-15 นาที จะมีก็แต่หมอดำผ้าตัดที่อยู่กับคนไข้เป็นเวลาบันชั่วโมง แต่ถึงหมอดำผ้าตัดอยู่ใกล้ชิดกับคนไข้เป็นชั่วโมงๆ คนไข้ที่อยู่กับหมอดำผ้าตัดเป็นเวลานานก็เป็นคนไข้ที่ไม่รู้สึกตัว เพราะถูกวางยาสลบ

(ต่อจากหน้า 12)

ผู้ภัยต่อไปในวิถีทางคุณภาพที่สาม สองคุณภาพหลังมีลีแล้ว นี้คือ
ค่อนข้างจะชัดตามสมัยนิยมที่โลกกำลังเห่อหือวิสัยกันใหม่ๆ

ในตอนที่วอร์เรน โอ๊ทล์ (Warren Oates) เป็นนักแสดงรับเชิญรับบทควบอยู่ากาศ เขาสูบบุหรี่! วอร์เรน โอ๊ทล์ เวลาหน้ายังหนุ่มแน่นแต่ก็มีร่องรอยที่จะเป็นควบอยู่าก้าฟะในหนังดังอีกหลายๆ เรื่องต่อมา

อุโมงค์มหัศจรรย์ หรือ Time Tunnel ออกแบบระหว่างปี 1966-1967 เป็นหนังสีตั้งแต่แรก แม้ว่าจะได้ดูเป็นข่าวทำทุกตอน เช่นเดิมก็ตาม หนังเล่าเรื่องของการอุโมงค์มหัศจรรย์ของสหรัฐอเมริกา ที่สามารถส่งคนเดินทางข้ามเวลา ส่องนักฟลิกส์ โนนี นิวแมน และ

ดังนั้น ถึงห้องคนนั้นจะเป็นคนสูบบุหรี่ คนใช้ที่รับการผ่าตัดก็ไม่ได้กลิ่นเหมือนบุหรี่

หมอกที่สูบบุหรี่เป็นหมอกผ่าตัดมากที่สุด อ้างว่าเครียดแต่คงคิดว่าคนไข้ที่ตัวเองผ่าตัดไม่ได้กลืนเหม็นของบุหรี่ จึงสูบ หรือแอบสูบคนไข้ไม่รู้

แต่ท่านอพนอยู่กับคนใช้ที่มาทำพืช อยู่กันเครื่องค่อน
ชั่วโมงกับคนใช้ที่ตื่นอยู่ตลอดเวลา

ทำฟันไปก็พูดกับคนใช้ไป คนใช้ที่มาให้ชุดฟันหากเป็นคนสูบบุหรี่ หมอก็จะชุดฟันไปสอนคนใช้ไปว่าต้องเลิกสูบบุหรี่ หากหมอนั้นสูบบุหรือลิ้นเหล็กบุหรี่ติดตัว คนใช้ย่อมจะรู้เป็นธรรมดาว่าหมอนั้นของเขาก็เป็นคนสูบบุหรี่ มาบอกให้เขายกดสูบบุหรี่ แล้วทำไม่คุณหมอนั้นจึงสูบอยู่ล่ะ

สรุปเก็งคือ หมอยันเมื่อเที่ยงกับหมอที่รักษาทางกายแล้ว หมอยังจะขอไปกลับด้วยกับคนไข้ที่รู้สึกตัวด้วยเวลาที่นานกว่า

การอยู่ใกล้ชิดกับคนใช้ที่รู้สึกตัวเป็นเวลานาน ทำให้หมอนั่นรู้สึกไม่สบายใจหรือลักษณะอายใจเวลาทำพื้น เพราะกลัวคนใช้ได้กลิ่นเหม็นของบุหรี่ จึงเกิดแรงบันดาลใจไม่สูบบุหรี่ หรือเลิกสูบบุหรี่มากกว่าหมอก็ได้รักษาทางกาย

ผลคิดว่าในน้ำจะเป็นเหตุผลที่หมอยังสูบบุหรี่น้อยกว่าหมอที่รักษาทางกายครรภ์

เสือคลุมห่อหยก และเบียร์อุ่น ตอนที่ 7

เนื้อเรียนขานนี้คล้ายไม่ใช่สิ่งที่สำรองอยู่ในโลกนี้ หากไม่มีส้มพูบากๆ เหมือนยาสีม่วงแห้งแดงฟันจางๆ แล้วใช้ยางลบถูกออกซักรักษาความสะอาดบนเนินเนื้อบื้องหน้านั้น ผู้คนมองทะลุเขอกอกไปถึงด้านหลังเป็นแน่ เลือกล่องของເຮືອສ້າງໂປ່ງຫວາໃຫ້ພມອົດອັດ ແນ້ມີຂອງເຮອຈະຮົບເສື່ອເພື່ອປັດຊົງວ່າງຕຽກລາງ ແຕ່ກີບເປັນການເນັ້ນຮູ່ປາກອື່ນໃຫ້ເດັ່ນຫັດຂຶ້ນມາໃນເວລາເດືອກກັນ ພົດໜ້ານ້ອຍກິລິ້ງລົງບັນຜົວເຂອແມ່ນກຳລັງລື່ນໄຫລອູ່ບຸນໃນບັກ່ອນຈະໂຮຍຕ້າວລັງສູ່ພື້ນແລະແຕກດັບໄປເປັນລຳດັບເໝື່ອເຮອຈະພາຍາມບອກຂະໄວບາງອ່າງ “ນ່າຈະໄດ້ເວລາທີ່ຫຼຸມຈະທຳການແກນສາຍຕາແລ້ວ” ສມອງຂອງພມລັ້ການ

“ພວດີນ້າທີ່ຫຼຸມຫຼຸດໄລ” ເຮອກລ່າງ “ຂອໃຫ້ຫຼຸນ້າຫົ່ອຍ” ເມື່ອລື່ນເລື່ອງເຮົອກີດຄຳລຳເຂົາມາໃນຫຼຸມພມແລະເດີນເຂົາຫອງການນ້າໄປ ສິ່ງນີ້ຍັນເພີ່ມປະກາດເດືອກວ່າເຫັນຫຼຸມທີ່ນີ້ເຖິງ ພົງຂາວຂອງສຸ່ວັບນ້າ ກລື່ນ ແລະແຮງປົກກິຣິຍາບາງອ່າງທີ່ເກີດກັບຕ້າວພມເອງ ອັນທີ່ຈິງ ສ່ວນສຸດທ້າຍນີ້ເດັ່ນຫັດເປັນຮູ່ປະຣົມທີ່ສຸດກ່າວໄດ້ ພມວິ່ງເຫຍາະແຍ້ໄປຕາມການເດີນແລະພບວ່າ ພັນການກີ່ຫາຍໄປໃຫນໝາດໄໝທ່ານ ແນ້ກະທັ່ງພັນກັງການສາກຳແພັງເມື່ອກີ່ຫາຍໄປແລ້ວຈາກເຄານທີ່ເຕັກວົງແກ່ຈາກໝາດບັງງາຈະຫາເພື່ອນວ່າມສາການກາຮັນ ພມກລັບມາທີ່ຫຼຸມແລະປັດປະຕູລົງລກລອນ

ເລື່ອງນໍ້າໄລ ເງົ່ານີ້ເຫວ່າ ທີ່ຫັດເຈນຈາກໃດໆນາງປະຕູໄນ້ທີ່ຮ່ອນອອກເປັນຫລາຍໜັງຈາກຄວາມໜື້ນ ບ່ານກວ່າເຂອຍັງຄົງມີຄວາມສຸຂົນກັບການອານ້າຍູ່ ພມນັ້ນລົງມອງເບີ່ງຮົງກະປົງປ່ອງທີ່ບັດໜ້າລາຍເປັນສາດີແບບອຸນຫຼາມທີ່ທີ່ໄປເຮັດວຽກແລ້ວ “ກິນເບີ່ງຮົງທີ່ອຸນຫຼາມທີ່ນີ້ປັບພອງ” ກັບການດື່ມໄວ້ນ້ຳຕ້າຍໜັນເງິນ” ພມບອກກັບຕົນເອງແລ້ວໂຍນກະປ່ອງເກົ່າລົງລັງຂະໜາ ເດີນໄປເປີດຕູ້ເຢືນເພື່ອຫົມກະປ່ອງໃໝ່ໃນຫ້ອີງພຣີ່ຈ ຈົງຫວະນ້າເອງທີ່ເລື່ອງນໍ້າຫຼຸດລົງ ເຮອເຕີນອອກມາແທນຈຳໃນທັນທີ ພຣ້ອມກັບໃນໜ້າຮ້ອນແລະເລື້ອຄຸມອານ້າຂອງພມ ເຮອໃຫ້ມື່ອທີ່ສອງຂ້າງຈັດການກັບພມເປີຍກປອນແລະປັບລ່ອຍໃຫ້ຄວາມໜື້ນຈາກຕ້າວເຮອງຮັງເລື້ອຄຸມອານ້າເຂົາໄວ້

ເຮອເດີນໄປທີ່ຕູ້ເຢືນ ແລ້ວພະມູ້ຂ້າງໜູ້ນ໌ອອກຈາກຫັກເປີດແລະຫົມບົນເບີ່ງຮົງທີ່ຫຼຸມກະປ່ອງກວ່າຂອງພມໜື້ນມາປິດຕິ່ມ ເບີ່ງຮົງຈະເຢືນໜື້ນໃຈມາກີ່ນີ້ມີຄຸນອານ້າງດ້ານອອກໃຫ້ຮ້ອນແລ້ວຮັດເບີ່ງຮົງເຢືນທີ່ທີ່ມີພົງສາມໃນລົບສ່ວນລົງຄອ ເຮອທຳໄດ້ເກີບສົມບູຮົນແບບກລັບກັນ ພມມອງເພີ່ມຈົນກະປ່ອງທີ່ເບີ່ງຮົງກະປ່ອງໃໝ່ໃນມື່ອພລາດຊ່ວງເວລາທີ່ດີ່ທີ່ສຸດໃຫ້ຮ້ວງຫົວໜ້າໄປເສີຍແລ້ວ ແຕ່ກີ່ມີຄຳມົກ່າວ່າໄດ້ມື່ອງ



“ຄຸນມາທຳອະໄໄຫີ່ນີ້” ເຮອຄານໃນຄະທີ່ມີອ້າງໜູ້ນ໌ເຖິງກະປ່ອງເບີ່ງຮົງມີອົກຫຼັງເຫຼັກຫຼຸມຫຼຸດທີ່ຫຼຸກ່າທີ່ແກ້ໄຂ ສ່ວນທີ່ເຫຼືອລື່ນໄປຕາມແຮງຂີ່ຕັດກຳລ່າງ

“ພມໄມ່ຄ່ອຍແນໃຈນັກ ເອ່ອ --- ມັນອົບຍາຍາກພົດຕູ” ພມເຕີມເບີ່ງຮົງເຂົາປາກອົກໃຫ້ຫຼຸ່ມຫຼຸດ ປັກອົກໃຫ້ຫຼຸ່ມຫຼຸດ ທ້າຂ້ອອ້າງປາກໄມ່ວ່າ

“ລອງອົບຍາຍາ ດື່ນນີ້ຍັງອົກຍາວໄກລ” ເຮອເຕີມເບີ່ງຮົງເຂົາປາກອົກໃຫ້ຫຼຸ່ມຫຼຸດ ລື່ນເລື່ອງ ແລ້ວຮ້ອງອ້າງໆ ອອກມາຍາ ຈຸ່ງ ພັກລື່ນເບີ່ງຮົງລົງຄອໄປທັກກົອນ

“ຄື່ອ --- ພມຈຳໄມ່ໄດ້ວ່າພມຄື່ອໄຕຮົງ ແລະມາທຳອະໄໄຫີ່ນີ້ ພມແຄ່ --- ພາຍາມຈະຫາຄໍາຕອບອູ່” ພມທັນແຕງ ເບີ່ງຮົງອື່ນໆ ໄນໄດ້ທຳໄໝພນ້າແຕງໄດ້ເຫັນກັບຄວາມອາຍ “ເອຈະຫາວ່າເຮົາບ້າຫຼຸກເປົ່າຫຼຸກ່າຫຼຸດ່າວ່າ” ພມກລັບມາກັບຕ້າວເອງໃນຈີ

“ບ້າທີ່ສຸດ!” ເຮອກລ່າງ, ນັ້ນໄລ່ພມວ່າແລ້ວວ່າໄໝນ່າເລົ່າເລົ່າ ແຕ່ໃຫນໆ ກີ່ເລົ່າໄປແລ້ວຄື່ອງວ່າເລີຍຕາມເລີຍ ພມຮັບຄຳສັບຄົດຕໍ່ໂດຍດີ

“ເປັນລັນນີ້ລ່ວມື່ຈະໄປເລີຍ ອົຈຈາດຸນຈິງໆ” ພມໄດ້ແຕ່ອົກກັບປະໂຍດຂໍາຍາຄໍາວ່າບ້າທີ່ສຸດຂອງເຮອ

“ຄຸນຄືດວ່າມີກີ່ຄົນນີ້ໂດຍທີ່ອ່າຍເບັນແບບຄຸນບ້າງ ດ້ວຍກົດກຳຈຳໄໝໃໝ່ທີ່ຄຸນຈະກຳຫັດໄດ້ຫຼຸກອນ ພອ່າງ ກັບການລື່ນນັ້ນລ່າ ການທີ່ຄຸນລື່ນມັນຄຈະມີເຫດຜູ້ໂດຍໃຫຍ່ໃນຮ່ວງທີ່ເຫດຜູ້ເຫດ່ານ້ຳຍັງໄຟຟື່ງຈັງຫວ່າທີ່ຈະປະກຸງຫວັງຄໍາດາມທີ່ຖືກຕ້ອງກວ່າ” ເຮົອກີ່ພົມພໍາຄໍາໃນລົງຄອ ແລ້ວກະຕົວເບີ່ງຮົງທີ່ມີຕໍ່ເປັນຮະຍະເວລາສອງອົກຫຼັງຈາກນັ້ນກີ່ໃຫ້ໜີ້ມີຄື່ອງພມ ໂດຍທີ່ນີ້ໄປໝ່າງແລະກລົງຍັງຄືບກະປ່ອງເບີ່ງຮົງໄວ້ແລ້ວພຣ້ອມກັບກຳລົງວ່າ “ນີ້ດັກລຸ່ມຈະຈູດເບີ່ງຮົງເພື່ອປັງໃຫ້ຮ້ອງໃຈ້ນີ້ ໄນວັນຈັກທີ່ມີ ເຂົາໄປຕອນນັ້ນເຢືນຈັດ, ໃຫ້ເບີ່ງຮົງໄດ້ເສີຍຂອງພວ່າງ ກັບການໃຫ້ຫຼຸດຈິງໆ”

ພມກົມທັນດື່ມເບີ່ງຮົງຕາມຄໍາແນະນຳອ່າງວ່າເຫື່ອງໆ ຄລ້າຍເຮືອຕັ້ງໃຈຈະຫຼຸນພມເພື່ອເຕີມເຫຼືອດີເປັນເນື້ອໂກເບັ້ນຕື່ມ

ເຮອມອງມາທີ່ພມພຣ້ອມກັບກຳລົງວ່າ “ຄ້າເປັນຄຸນອາຈະເໝາກກີ່ຕິ່ດີ” ພມໄມ່ແນໃຈນັກວ່າເຮອກລ່າງກັບຕ້າວເອງຫຼຸກເປົ່າຫຼຸດ່າວ່າ ແຕ່ພມຄ່ອນຂ້າງແນໃຈວ່າ “ຄຸນ” ທີ່ເຫຼືອພູດຄື່ອງນ່າຈະໝາຍຄື່ອງ “ພມ” ແນ້ ຈຸ່ງ ເຮອເດີນໄປທີ່ປຸ່ມສົວໃຫ້ແລ້ວທຸກອ່າງກີ່ມີຄຳ

(ອ່ານຕ່ອມບັນຫຼາ)



พัจังครู ขับเคลื่อนกิจกรรมสู่ “จังหวัดปลอดบุหรี่”

มูลนิธิรณรงค์ฯ ร่วมกับ สสจ. 4 จังหวัด คือ สรราษฎร์ธานี พิษณุโลก สุโขทัย และจันทบุรี อบรมพัฒนาศักยภาพครูเพื่อร่วมเป็นพลังที่สำคัญในการขับเคลื่อนกิจกรรมสู่การเป็นจังหวัดปลอดบุหรี่

วันที่ 7-8 มีนาคม 2556 มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด(สสจ.) สรราษฎร์ธานี จัดอบรมพัฒนาศักยภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ โดยมีผู้เข้าร่วมเป็นครูจากโรงเรียนต่างๆ ในจังหวัด สรราษฎร์ธานี ทั้งในระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอาชีวศึกษา จำนวน 60 คน โดยมีเป้าหมายให้ครูและบุคลากรทางการศึกษาร่วมเป็นพลังในการขับเคลื่อนกิจกรรมต่างๆ เพื่อมุ่งสู่การเป็นจังหวัดปลอดบุหรี่

การอบรมครั้งนี้เป็นกิจกรรมภายใต้โครงการ “จังหวัดสรราษฎร์ธานีปลอดบุหรี่ (ตามกฎหมาย) ต้นแบบ ปี 2555-2556” ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อจัดให้สถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 19 ซึ่งออกตามความในพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 ให้ปลอดบุหรี่ตามที่กฎหมายกำหนดด้วยความร่วมมือของภาคส่วนต่างๆ ในจังหวัด สรราษฎร์ธานี อาทิ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข บุคลากรทางการศึกษา องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ลี่อมาลชนท้องถิ่นตลอดจนหน่วยงานราชการและเอกชนอื่นๆ

ทั้งนี้เพื่อปักป้องสุขภาพของผู้ที่ไม่สูบบุหรี่จากควันบุหรี่ มือสองสร้างค่านิยมการไม่สูบบุหรี่ให้เกิดขึ้นในพื้นที่จังหวัด สรราษฎร์ธานี นอกจากนี้ ยังมีการดำเนินงานเพื่อป้องกันนักสูบหน้าใหม่ที่จะเกิดขึ้นหากแทนผู้สูบบุหรี่ที่ทยอยเลี่ยงชีวิตไปในทุกๆ ปี และการดำเนินงานที่ช่วยให้ผู้สูบบุหรี่เลิกสูบได้ลำเร็ว

นอกจากนี้ ในวันที่ 14-15 มีนาคม 2556 ยังได้ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก จัดอบรมครูในพื้นที่จังหวัดพิษณุโลก วันที่ 21-22 มีนาคม 2556 ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุโขทัย จัดอบรมครูในพื้นที่จังหวัดสุโขทัย และวันที่ 4 เมษายน 2556 ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดจันทบุรี จัดอบรมครูในพื้นที่จังหวัดจันทบุรี โดยใช้รูปแบบและกระบวนการอบรมเดียวกัน

ในการอบรมครูจังหวัด สรราษฎร์ธานี ได้เชิญเครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ จังหวัดสิงขลา ในฐานะที่เป็นเครือข่ายครูฯ ภาคใต้มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์ รวมทั้งถ่ายทอดองค์ความรู้เรื่องบุหรี่ แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนปลอดบุหรี่ และการทำงานเป็นเครือข่ายที่เข้มแข็งให้แก่ครูจังหวัด สรราษฎร์ธานี และในอนาคตคงจะได้ทำหน้าที่เป็นเพลี้ยงช่วยเหลือเกื้อกูลกันต่อไป

สำหรับพื้นที่จังหวัดพิษณุโลกมีเครือข่ายครูฯ จังหวัดขอนแก่นเป็นที่มีวิทยากรและพี่เลี้ยง จังหวัดสุโขทัย มีเครือข่ายครูฯ จังหวัดเชียงใหม่เป็นวิทยากรและพี่เลี้ยง และจังหวัดจันทบุรี มีเครือข่ายครูฯ จังหวัดชลบุรี เป็นวิทยากรและพี่เลี้ยง

ในเร็ววันนี้ คงจะมีจังหวัดปลอดบุหรี่ต้นแบบเพิ่มขึ้นอีก 4 จังหวัด โดยมีเครือข่ายครูฯ ร่วมเป็นทีมงานขับเคลื่อนกิจกรรมอย่างเข้มแข็งต่อไป

ข้อมูลโดย : อวัชชัย ก่อนบุญ

ທຸນຂໍາຍກາພຄໍາເຕືອນຂນາດໃຫຍ່ບນຈອງບຸທິ່

ชี้ป้องกันเยาวชนเริ่มสูบบุหรี่ ช่วยนักสูบลดแรงงงใจหอบบุหรี่ เห็นภัยร้าย ตัดสินใจเลิกมากขึ้น

สนับสนุนแผนของกระทรวงสาธารณสุขในการออกแบบกระศรีท่วงเพื่อขยายภาคคำเตือนบนของบุหรี่จากขนาดร้อยละ 55 เป็นร้อยละ 85 ของพื้นที่ซอง เนื่องจากฝีมือวิจัยในหลายประเทศชี้ว่า การขยายภาคคำเตือนบนของบุหรี่ช่วยลดความดึงดูดใจของซองบุหรี่ในหมู่นักสูบ ถ้าหันไปใช้ตัวการสูบบุหรี่ในหลายประเทศลดลง

ขณะที่ผลการสำรวจของ ดร.เมลานี เวคฟิล และคณะจากประเทศอสเตรเลียเมื่อปลายปีที่ผ่านมาเกี่ยวกับทัศนะของนักสูบบุหรี่วัยรุ่นและวัยทำงาน 1,203 คน ในประเทศอสเตรเลียต่อภาพคำเตือนในขนาดต่างๆ บนซองบุหรี่พบว่า ยิ่งภาพคำเตือนมีขนาดใหญ่ขึ้นก็ยิ่งทำให้ความดึงดูดใจของซองและยี่ห้อบุหรี่ลดลง ล่งผลให้นักสูบตระหนักถึงอันตรายจากการสูบบุหรี่ ลดความดึงดูดใจในการซื้อบุหรี่และตัดสินใจเลิกบุหรี่มากขึ้น

ผลการสำรวจภาพจำเตือนบนช่องบุหรี่ต่อการรับรู้
ด้านสุขภาพของนักเรียนอาชีวศึกษาในกรุงเทพฯ ปี 2553
ของคุณเอนนันทน์ วรรณาคิริรัตน์ เจ้าหน้าที่ศูนย์การแพทย์
โรงพยาบาลกรุงเทพ พบร่วมกับคุณนพดล ธรรมรงค์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลกรุงเทพฯ

บุนช่องบุหรี่ 85.8% สามารถระลึกภาพคำเตือนบนบุนช่องบุหรี่ได้มากที่สุดคือ ภาพควันบุหรี่ทำให้เกิดมะเร็งปอด

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเห็นว่า ประโยชน์ของภาคคำเตือนทำให้รู้ถึงผลเสียของการสูบบุหรี่ และทำให้กลุ่มนี้เมื่อเยิกพกพาและเมื่อยากร้องขอสูบบุหรี่มากที่สุด รองลงมาคือ กลุ่มที่เคยสูบแต่เลิกแล้วมีข้อเสนอแนะให้มีภาคคำเตือนบนบุหรี่ต่อไป และเน้นให้มีภาคที่เฉพาะเจาะจงต่อกลุ่มเยาวชนด้วย เน้นภาคที่นำกล่าวสืบความหมายชัดเจน และรองรับภาคดังกล่าวผ่านลือเพื่อป้องกันไม่ให้เยาวชนริเริ่มสูบบุหรี่

ซึ่งองค์กรอนามัยโลกแนะนำให้ลับเปลี่ยนภาพคำเตือนเกี่ยวกับสุขภาพทุก 12-36 เดือน เพราะถ้าใช้ภาพคำเตือนรูปแบบเดิมนานๆ จะทำให้เกิดความคุ้นชินและรู้สึกเฉยชาไปในที่สุด จึงต้องมีการหมุนเวียนเปลี่ยนภาพคำเตือนใหม่ๆ เพื่อกระตุ้นให้นักสูบคิดถึงผลกระทบด้านสุขภาพจากการสูบบุหรี่

ดังนั้น การขยายขนาดภาพคำเดิมให้มีขนาดใหญ่ขึ้นและการหมุนเวียนเปลี่ยนภาพคำเดิมบนช่องบุหรี่อย่างต่อเนื่องจะช่วยป้องกันเยาชันเริ่มสูบบุหรี่ และทำให้นักสูบตระหนักรถึงพิษภัยจากการสูบบุหรี่มากขึ้น ลดแรงจูงใจข้อบุหรี่ มีโอกาสตัดสินใจเลิกบุหรี่ได้ จึงควรเร่งออกประกาศกระทรวงสาธารณสุขในเรื่องดังกล่าว

ข้อมูลโดย : หริร์ส ทวีวนนา ศุนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศวจ.)

ວັນກຸມເດີນໜ້າ ກວ່າທາຍ ປອງບຸທິ່ງແບບເຮືອບ

วัจ្យบาลอังกฤษเตรียมร่างกฎหมาย “ซองบุหรี่แบบเรียบ” และประกาศใช้ในเดือนพฤษภาคม 2013 นี้ โดยรูปแบบกฎหมายจะเหมือนกับที่ประเทศออสเตรเลีย บังคับใช้ไปแล้วเมื่อเดือนธันวาคมปีก่อน

โดยนายเดวิด คามeron นายกรัฐมนตรีประจำศ
ให้มีการออกกฎหมายดังกล่าวภายหลังจากรายงานการวิจัย
เปรียบเทียบสภาวะสุขภาพของประชาชนใน 19 ประเทศที่
พบว่า คนอังกฤษมีดัชนีสุขภาพอยู่ในระดับต่ำกว่าประเทศ
พัฒนาแล้วส่วนใหญ่ อันเป็นผลมาจากการปัญหาการกินการดื่ม
และการใช้สารเสพติดต่างๆ โดยเฉพาะการสูบบุหรี่ทำให้คน
อังกฤษเสียชีวิตปีละหนึ่งแสนคน และเกิดการสูญเสียทาง
เศรษฐกิจหนึ่งหมื่นล้านปอนด์ต่อปี

ที่ผ่านมาธุรกิจบาลอังกฤษได้ขึ้นภาคียาสูบจน
ราคายาขายปลีกบุหรี่ตกของละลี่ร้อยบาท ห้ามสูบบุหรี่ในที่
สาธารณะทุกแห่ง ห้ามตั้งของบุหรี่ ณ จุดขายในร้านชูป
เปอร์มาเกตตั้งแต่ปีที่แล้ว และห้ามตั้งของบุหรี่ในร้านค้า
ปลีกทั่วประเทศในเดือนเมษายน 2558

กระทรวงสาธารณสุขจัดกิจกรรมให้เริ่มปรึกษาและได้ข้อสรุปว่าซองบุหรี่แบบเรียบลื่อสัญญาณทางลบแก่เด็กน้อยค้ายาสูบ ลดความผูกพันกับตราสินค้าของผู้สูบ ลดการใช้ตราสินค้าบุหรี่ในการแสดงสถานะผู้สูบ สะท้อนภาพที่แท้จริงของสินค้ายาสูบและลดความตึงดุจของช่องบุหรี่ในผู้ไม่สูบบุหรี่โดยเฉพาะในวัยรุ่น ทั้งนี้ กฎหมายในอสเตรเลียกำหนดให้ของบุหรี่มีภาคคำเตือนขนาด 75% ข้างหนึ่งและ 90% อีกข้างหนึ่งของช่องบุหรี่ และพื้นที่ช่องล่วงที่เหลือให้พิมพ์ได้เฉพาะตัวอักษรขนาดเดียวกันที่บอกชื่อยี่ห้อบุหรี่แต่ละยี่ห้อบนพื้นที่ของสีเขียวมะกอกหรือสีฟ้าอ่อนกันทุกยี่ห้อ

การที่อังกฤษจะประกาศใช้ของบุหรี่แบบเรียบในเดือนพฤษภาคมนี้ ทั้งที่องค์การค้าโลกกำลังอยู่ในระหว่างการพิจารณาคำฟ้องของประเทศไทยและสหราชอาณาจักร ต่อรัฐบาลของสหราชอาณาจักร เกี่ยวกับกฎหมายของบุหรี่แบบเรียบ น่าจะแสดงให้เห็นว่ารัฐบาลอังกฤษคาดการณ์ว่าօสเตรเลียจะเป็นฝ่ายชนะคดีที่องค์การค้าโลกจึงได้เดินหน้าที่จะดำเนินการออกกฎหมายดังกล่าว

สำหรับประเทศไทยร่าง พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.....ได้มีบทบัญญัติเกี่ยวกับการกำหนดให้บริษัทบุหรี่ต้องใช้ของบุหรี่แบบเรียบ ซึ่งอยากจะขอให้ทุกฝ่ายสนับสนุนร่างกฎหมายดังกล่าว เพื่อลดจำนวนเยาวชนไทยที่จะเข้ามาเสพติดบุหรี่ในอนาคต

ໂຮງແຮມໜ້າໂຮງແຮມໜ້າບກາພ
ແລະ ໂຮງແຮມປ່າລອດບໍ່ຫວັງ

กระแสตอบรับ “โรงเรียนป่าอดบุญชี”



เมื่อผลไปร่วมพิธีมօนบารงวัลโรงแรมสร้างเสริมสุขภาพและโรงแรมปลดบุหรี่ ที่ดำเนินโครงการโดยมูลนิธิใบไม้เที่ยว จึงได้รู้ว่า จำนวนโรงแรมที่เข้าร่วมโครงการมีถึง 677 โรงแล้ว จำนวนโรงแรมที่เข้าร่วมโครงการเพิ่มต้นอย่างรวดเร็ว

ก่อนอื่นต้องเข้าใจให้ตรงกันถึง คำว่า “โรงเรียนปลอดบุหรี่” เสียก่อน โรงเรียนปลอดบุหรี่ หมายถึง การห้ามสูบบุหรี่ในพื้นที่ที่กฎหมายกำหนด ซึ่งได้แก่ บริเวณล็อบบี้ ภัตตาคาร และผับบาร์ ภายในโรงเรียน ในส่วนของห้องพักจะมีการแบ่งสัดส่วนของห้องพักที่ห้ามสูบบุหรี่ และห้องที่อนญาตให้สูบบุหรี่ได้

โรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการที่มีการจัดสถานที่ห้ามสูบหรือตามกฎหมายจะได้รับเกียรติบัตรของมนุนิธิใบไม้เงียว

โรงพยาบาลที่มีจำนวนห้องไม่สูบบุหรี่เกิน 65% แต่ไม่ถึง 75% จะได้โล่เงิน และโรงพยาบาลที่มีจำนวนห้องพักที่ห้ามสูบบุหรี่เกิน 75% ขึ้นไป จะได้รับโล่ทอง

กล่าวให้เข้าใจง่ายคือ โรงแรมต้องห้ามสูบบุหรี่ในบริเวณที่กฎหมายกำหนด และจัดสัดส่วนห้องพักที่สูบบุหรี่ไม่ได้กับที่สูบบุหรี่ได้ตามที่แยกกันไว้

โรงเรียนปลดบุหรี่จึงไม่ได้หมายความว่าเป็นโรงเรียนที่ไม่มีการสูบบุหรี่ หากแต่เป็นการจัดระเบียบการสูบบุหรี่ เพื่อรักษาสิทธิ์ของแขกผู้เข้าพักที่ไม่สูบบุหรี่ และแขกที่ไม่สูบบุหรี่ได้เข้าพักห้องที่ไม่มีการสูบบุหรี่ตามที่เข้าต้องการ

จากโรงเรียนปลดบุหรี่ มีการต่อยอดเป็น “โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ” ซึ่งนักเรียนจะได้รับเงินเดือนเพิ่มเป็นสองเท่า จึงทำให้โรงเรียนมีรายได้เพิ่มขึ้น

ชั้นสุดท้ายคือ มาตรฐาน “โรงเรมใบไม้เขียว” ซึ่งมีประเด็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับลิ้งแวดล้อม อาทิ คุณภาพอากาศภายในอาคาร ผลพิษทางอากาศ คุณภาพน้ำ ผลพิษเลี้ยง การจัดการของเสีย การใช้พลังงานไปจนถึงระบบการบริหารจัดการ

ได้ทราบจากการมูลนิธิใบไม้เขียวว่า ขณะนี้โรงพยาบาลบุหรี่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ และโรงพยาบาลใบไม้เขียวได้วัสดุความสนใจจากทั้งประเทศในอาเซียน และยอโรป อเมริกา

ที่ปริษทบุหรี่พยาบาลห้างว่า ห้ามสูบบุหรี่ในโรงพยาบาล ภัตตาคาร คนจะไม่มาเที่ยว ก็คนมาเที่ยวประเทศไทยปีที่แล้ว 15-16 ล้านคน แต่ไปเที่ยวฟิลิปปินส์ อินโดนีเซีย ปีละ 5-6 ล้านคน ที่นั่นเขายังไม่ได้เข้มงวดห้ามสูบบุหรี่ ในล็อบบี้โรงแรม และเขายังมานำรับแบบโรงแรมปลด朶บุหรี่ของเรามาไว้ทำที่บ้านเมืองเชา

จึงต้องขอขอบคุณลิขิไปไม่เจี่ยวนะที่มีวิสัยทัศน์และความมุ่งมั่นในการทำโครงการนี้ จนประสบความคืบหน้าอย่างน่าพอใจ

ปล. เมื่อสามปีก่อนผมไปประชุมที่เมืองวาร์ดันดีซี พักที่โรงแรมอลิเดย์อิน ในห้องพักเขามีพลาสติกสามเหลี่ยมวางบนโต๊ะ มีตัวหนังสือพิมพ์บนพลาสติก แปลได้ว่า “ห้องนี้เป็นห้องปลอดบุหรี่ ห้ามสูบบุหรี่ในห้องนี้ ถ้าท่านจะสูบบุหรี่ กรุณาติดต่อรีเซฟฟ์ชั้นเพื่อขอเปลี่ยนห้อง แต่ถ้าหากท่านสูบบุหรี่ในห้องนี้ ทางโรงแรมจะคิดค่าใช้จ่ายจากท่านเพิ่มอีก 200 ดอลลาร์ เพื่อเป็นค่าทำความสะอาดในการจัดกลับห้อง”

จดหมายเปิดผนึกถึง นายกรัฐมนตรียิ่งลักษณ์ ชินวัตร

กราบเรียน ฯพณฯ นายกรัฐมนตรี

ตามที่ระยะนี้มีการเคลื่อนไหวจากภาคประชาชนสังคมเรียกร้องให้รัฐบาลตัดบุหรี่และเหล้าออกจากรายการลินค้าที่จะรวมอยู่ในการเจรจาเปิดการค้าเสรี ทั้งระดับทวิภาคี (ประเทศไทย ต่อประเทศไทย) และพหุภาคี (ประเทศไทยต่อกลุ่มประเทศหรือกลุ่มประเทศต่อกลุ่มประเทศ)

มีคำถามว่า ก็ประเทศไทยเปิดเสรีลินค้ายาสูบมานานแล้ว เขตการค้าเสรีของอาเซียน หรืออาฟต้า ภาษีนำเข้าบุหรี่ต่างประเทศก็เป็นศูนย์แล้ว ทำไมยังต้องยืนยันให้นำสินค้าบุหรี่ออกจากการเจรจาเอฟทีเอของประเทศไทยกับประเทศไทยต่าง ๆ อีก

แสดงว่าคงจำนานมากยังไม่เข้าใจเรื่องนี้ดีว่า ขณะนี้การค้าบุหรี่ระหว่างประเทศอาศัยกติกาขององค์การค้าโลกหรือดับเบิลยูทีโอ นั่นคือ ประเทศไทยต่างๆ สามารถออกกฎหมายควบคุมยาสูบที่เข้มงวด เพื่อปกป้องสุขภาพของประชาชนได้ตามมาตรา 20 ข้อของกฎองค์การค้าโลก

มีข้อแมอยู่ว่า กฎหมายที่ออกแบบนั้นต้องปฏิบัติอย่างเท่าเทียมกันระหว่างสินค้าผลิตภายในประเทศและสินค้านำเข้า

การควบคุมยาสูบของประเทศไทยต่างๆ รวมทั้งของประเทศไทยอยู่ภายใต้เงื่อนไขนี้ ในระยะยี่สิบกว่าปีที่ผ่านมา แต่เอฟทีเอที่กำลังมีการเจรจาในขณะนี้ เช่น ไทยกับสหภาพยุโรป หรืออีย หรือที่ไทยกำลังจะเข้าร่วมเจรจาที่พีทีโอ (Trans Pacific Partnership Agreement) ได้มีการเพิ่มประเด็นเรื่อง “การลงทุน” เข้ามาด้วย จะมีการกำหนดเงื่อนไขที่บริษัทธุรกิจเอกชนสามารถที่จะพ้องรัฐบาลหากคิดว่าภาระเปลี่ยนที่ออกแบบระบบต่อผลประโยชน์ของตน โดยพ้องไปท่อนุญาโตตุลาการระหว่างประเทศแทนการพ้องศาล หรือพ้ององค์การค้าโลก

ซึ่งเงื่อนไขที่ว่านี้ เป็นเงื่อนไขที่มากกว่าที่ประเทศไทยคู่สัญญาจะต้องปฏิบัติ ภายใต้กฎหมายขององค์การค้าโลก หรือดับเบิลยูทีโอหรือที่ภาษาอังกฤษเรียกว่า Beyond WTO หรือนอกเหนือดับเบิลยูทีโอ

การคุ้มครองการลงทุนสำหรับธุรกิจเอกชน อาจจะไม่มีปัญหาเท่าไรสำหรับสินค้าหรือธุรกิจทั่วไป แต่ไม่ควรรวมธุรกิจยาสูบหรือสุราอยู่ด้วย เพราะเป็นสินค้าเสพติดที่ทำลายสุขภาพ

เรื่องนี้มีกรณีพิพากษาเดียวแล้ว เรื่องมืออยู่ว่ารัฐบาลธุรกิจยกออกประกาศให้บริษัทบุหรี่พิมพ์คำเตือนบนซองบุหรี่ขนาด 80% ตั้งแต่ ปี พ.ศ.2552 บริษัทบุหรี่พ้องศาลในประเทศไทยว่า แต่ศาลมยกฟ้อง

บริษัทบุหรี่ข้างมากที่ใช้เมืองฐานในประเทศไทยเชอร์แลนด์ อาศัยข้อตกลงการค้าระหว่างประเทศอุรุกวัยกับสวีเชอร์แลนด์ พ้องอนุญาโตตุลาการระหว่างประเทศ กล่าวหาว่าการที่รัฐบาลอุรุกวัยออกกฎหมายให้พิมพ์คำเตือนขนาด 80% กระทบต่อการขายสินค้ายาสูบของบริษัทบุหรี่ในประเทศไทยว่า

กรณีพิพากษานี้ยังอยู่ในระหว่างการเป็นคดีความกันอยู่

ที่นำเสนอใจคือ กรณีคำเตือนขนาด 80% ของอุรุกวัยนี้ไม่มีเครื่องฟ้องไปท่องค์การค้าโลกหรือดับเบิลยูทีโอ ว่าคำเตือนมีขนาดใหญ่เกินไป

เชื่อกันว่าบริษัทบุหรี่ดีว่า หากนำเรื่องขนาดภาพคำเตือนไปฟ้องดับเบิลยูทีโอ บริษัทบุหรี่จะเป็นฝ่ายแพ้ คงคึกคักกฎหมายมากอย่างตัวแล้ว

หากกลับมาเรื่องเอฟทีเอของไทยกับประเทศไทยต่างๆ ในขณะนี้ เป็นเรื่อง “Beyond WTO” หรือเงื่อนไข “นอกเหนือดับเบิลยูทีโอ” โดยจะมีเรื่องการลงทุนที่บริษัทเอกชนสามารถจะพ้องรัฐบาลคู่สัญญาได้ หากเห็นว่ารัฐบาลออกภาระเบียบกีกระทบต่อสินค้าของตน

ซึ่งถ้าหากสินค้าบุหรี่กรวยมีอยู่ด้วย และได้รับสิทธิเหมือนกับสินค้าอื่น ๆ



กฎระเบียบที่รัฐบาลไทยจะออกมาใหม่เพื่อการควบคุมยาสูบตามพันธกรณีที่มีภารกิจได้กรอบอนุสัญญาควบคุมยาสูบ องค์การอนามัยโลก แม้จะไม่ขัดต่อกฎระเบียบขององค์การค้าโลก

แต่อาจจะถูกบริษัทบุหรี่ฟ้องร้องอนุญาโตตุลาการโลกว่า ขัดต่อข้อตกลงเอฟทีเอที่รัฐบาลไทยทำไว้กับประเทศคู่ค้า ดัง เช่นที่เกิดขึ้นกรณีประเทศไทยยอมรับอย่างแล้ว

นี่เป็นที่มาว่า ทำไมจึงต้องไม่ให้มีสินค้าบุหรี่อยู่ในเอฟทีเอ ถ้าหากเป็นไปได้

ซึ่งถึงสินค้าบุหรี่ไม่ได้อยู่ในรายการสินค้าภายใต้เอฟทีเอ ธุรกิจและสินค้าบุหรี่ก็ได้รับสิทธิ์คุ้มครองภายใต้กฎหมายของ องค์การค้าโลก ซึ่งประเทศไทยยอมรับอยู่แล้ว

เพราะฉะนั้นการที่ธุรกิจและสินค้าบุหรี่ไม่ได้อยู่ในเอฟทีเอ ประเทศไทยก็จะออกกฎระเบียบในการควบคุมสินค้าบุหรี่ได้ ภายใต้ ภารกิจได้กรอบขององค์การค้าโลกเท่านั้น หากใช่ว่าจะทำอะไรกับสินค้าบุหรี่ก็ได้ตามใจชอบ

เพราะบริษัทบุหรี่จะฟ้องเรากันที่ที่เข้าเห็นว่า เราออกกฎระเบียบอะไรที่ขัดกับกฎหมายขององค์การค้าโลก

แต่ถ้าหากยังให้ลินค้าบุหรี่อยู่ในเอฟทีเอ

รัฐบาลไทยต้องยืนยันว่า ประเทศไทยมีความชอบธรรมที่จะปฏิบัติต่อสินค้าบุหรี่ ภายใต้เงื่อนไขการค้าระหว่างประเทศ ขององค์การค้าโลกเท่านั้น ไม่มีประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการลงทุนเหมือนสินค้าอื่น

ซึ่งท่านนี้เป็นท่าทีของรัฐบาลอสเตรเลียในการเจรจากรอบการค้าเสรีที่พีพีเอ ซึ่งอสเตรเลียร่วมกับสหรัฐอเมริกาเป็น หัวเรี่ยวยหัวแรงในการเจรจาอบนี้ เพราอสเตรเลียมีต้องการให้กฎหมายของบุหรี่แบบเรียบของตัวเองที่ห้ามบริษัทบุหรี่พิมพ์ โลโกบนช่องบุหรี่ จะตอกยูในฝ่ายที่จะถูกบริษัทบุหรี่ฟ้องภายใต้กรอบที่พีพีเอ

กรณีกฎหมายของบุหรี่แบบเรียบนี้ ประเทศอังกฤษได้ฟ้องไปที่ดับเบิลยูทีโอว่าอสเตรเลียละเมิดเครื่องหมายการค้า ของบริษัทบุหรี่ ซึ่งรัฐบาลอสเตรเลียประเมินแล้วว่าดับเบิลยูทีโอจะตัดสินให้อสเตรเลียชนะ

และล่าสุดรัฐบาลอังกฤษเพิ่งประกาศว่าจะออกกฎหมายของบุหรี่แบบเรียบเหมือนกับที่อสเตรเลียออกมาใช้แล้ว น่าจะ แสดงว่าองค์กรที่ได้รับผลกระทบจากการค้าเสรีขององค์การค้าโลก ต้องไม่ใช่สินค้าบุหรี่

ดังนั้น รัฐบาลไทยสามารถเดินหน้าเจรจาข้อตกลงการค้าเสรีกับประเทศต่างๆ ได้ แต่ต้องยืนหยัดในการเจรจาเอฟทีเอว่าสินค้าบุหรี่ เรายังปฏิบัติตามกฎระเบียบของดับเบิลยูทีโอที่ประเทศไทยมีพันธกรณีเท่านั้น

สิทธิของธุรกิจเอกชนที่จะมีต่อสินค้าของตนที่จะมีผลกระทบต่อภารกิจขององค์การค้าโลก ต้องไม่ใช่สินค้าบุหรี่

เพราะบุหรี่เป็นสินค้าเสพติด

ที่คร่าวชีวิตครึ่งหนึ่งของคนที่ไม่เลิกสูบทั่วโลกปีละหมื่นคน และประเทศไทยปีละห้าหมื่นกว่าคน

ขอแสดงความนับถือ

ศ.นพ.ประกิต วาทีสาธกิจ

ผู้ทรงคุณวุฒิคณะกรรมการควบคุมการบริโภคยาสูบแห่งชาติ

13 มีนาคม 2556

ບຸຫຮີກັບການຕິດຕ່ວຂອງໂຣຄ

ສາສຕາຈາරຍ්ເກෝරතිකුණ ນພ.ວິຫຼວຍ ວິໄປປະພັນ

ເນື່ອພົມໄປຮ່ວມງານເປີດທອງຈາດທາຍເຫຼື່ອສູງກາພ
ຂອງລຳນັກງານຄະນະການຮ່ວມການສູງກາພແກ່ໜ້າ (ສຈ.) ທຳໃໝ່
ພົມນຶກລົງອົດຕືລສັນກິດກິດພາພັກຢີປີ່ 3 ປີ້ນໍ້າ
ພ.ສ.2501 ອົງຫວາຕົກໂຮງຮະບາດໜັກ ຄະນະພັກຍາຄາລົດ
ຄີຣາພາຍາບາລ ມາຮວິທາລັບພັກຍາຄາສຕ່ວົງແນ່ນ້ຳສັງກັດ
ກະກຽວງສາຮາຮາສຸຂ ຄະນະພັກຍາຄາສຕ່ວົງໄດ້ສັງພັກຢີໄປ
ໜ່າຍປ່ານອທິວາຕົກທີ່ຈັງຫວັດສຸມຸກຮສງຄຣາມ ພົມເປັນນັກເຮັຍນ
ພັກຢີຜູ້ນີ້ທີ່ມີໂຄກສໄປປ່ານອທິວາຕົກບ້າຍເຂົ້າດ້ວຍ

ເຖິ່ງທີ່ພົມພອຈະຮີ້ວິ້ນຄວາມຈຳໜັນມາໄດ້ ຄີຣາພາຍາໄປ
ເປີດເປັນໂຮງພາບາລເອກເທັກຍູ່ 2 ແທ່ງ ຄື່ອ ແທ່ງແຮກອຍູ່
ຕຽບຂໍ້ມູນກັບຕ້ວັງຫວັດ ດັນລະັ່ງແມ່ນໍ້າ ໂດຍໄປສ້າງເປັນໂຮງ
ພາບາລໜ້າວ່າຮັບຮັບຜູ້ປ່າຍອທິວາຕົກໂດຍເຈັກພາຍ ມີທ່ານໍ້າ
ສໍາຮັບຮັບຜູ້ປ່າຍທີ່ຈະເດີນທາງໂດຍທາງເວົ້າ ສ່ວນທາງນົກໄມ້ມີ
ທາງມາໄດ້ ໂຮງເວືອນດູ໌ເໜືອນເປັນຫັ້ງຄາມມູນຈາກຍາວໜາບ
ກັບແມ່ນໍ້າ ຮັບຜູ້ປ່າຍໄດ້ປະມານຄຣາວລະ 10 ດັນເຫັນຈະໄດ້

ຕຽບຄົນໃໝ່ນອນຈະມີຮ່ວງຍາວຕລອດບຣິເວັນກັນຜູ້ປ່າຍ
ເປັນພື້ນຍົກສູງຂ້າງລ່າງທີ່ພື້ນດິນມີກາຫະນະຮອງຮັບອຸຈາກຮະກ່າວທີ່ຕ້ອງ
ມີຍາກຳເຂົ້ອງຍູ່ດ້ວຍ ເນື່ອຜູ້ປ່າຍມາຈຶ່ງນັກຈະຫຼົກ ແກ້ງເຫັນເຂົ້າ
ເລີ້ນເລືອດຍາກ ດັ່ງແທນເຂົ້ມເຂົ້າເລີ້ນເລືອດ ຕ້ອງບັນນັກເກລືອ
ເຂົ້າຫລວດເລືອດຄຣິງລະ 50 cc. ເລີດຕິດຕ່ອກນ ຈະຄວາມດັນ
ໂລທິຫຼື້ນມາໄດ້ກີ່ທີ່ນໍາເກລືອດຕ່ອງໄປ ດັ່ງຄວາມດັນໂລທິຫຼື້ນເວົ້ອຍ
ງ ກົມ່າສາມາດຈະຫົວໝົດໄດ້ ມີການຕາຍເກີບທຸກຄືນ ດັນໃໝ່
ຈະ ມາໂຮງພາບາລຕອນກາລາງຄືນ ອ້າວ່າ ເພຣະຂະແນ້ນແວລາ
ກາລາງຄືນເປັນແວລາທີ່ນໍາທະເລີ້ນ ຜູ້ປ່າຍທີ່ອູ້ໃນສວນລົກຈຶ່ງຈະ
ເຂົາເວົ້ວອອກລ່າຍໃຫ້ໄດ້ ສ່ວນກາລາງວັນນໍາທະເລດຜູ້ທີ່ອູ້ໃນ
ສວນລົກງ ໄມ່ສາມາດຈະເຂົາເວົ້ວອອກຈາກບ້ານມາໄດ້ພຣະນໍ້າ
ແທ້ ດັ່ງນັ້ນ ກາລາງວັນມັກຈະໄມ້ມີຄົນໃໝ່ມາ

ຮູ້ຈັກໂຣຄເຮື່ອຮັງແລະປັງຈັຍເສິ່ງຂອງຄນໄກ

ປັຈຍເລື່ອງ ໂຣຄ	ການໃໝ່ຢາສູນ	ໄກ້ນາກາຣ ໄມ່ເໜັກສົມ	ຂາດກາຮອກກຳລັງກາຍ	ການດິມສຸຮາ
ໂຣຄຫ້າໃຈແລະຫລອດ ເຫຼືອດ	+	+	+	+
ຄວາມດັນສູງ	+	+	+	+
ໂຣຄເບາຫວານ	+	+	+	+
ໂຣຄປອດເວື່ອຮັງ	+			

บุหรี่กับการติดต่อของโรค

บริษัท “ชูปเปอร์ดราก” ประเทศไทยยังคงดำเนินการสำรวจความคิดเห็นของผู้หญิง 3,000 คน

“คุณคิดว่า กลิ่นปากจากอะไรที่ทำให้คุณอยากร่านให้ห่างมากที่สุด”

คำตอบอันดับหนึ่งคือ คนที่สูบบุหรี่ ส่วนสาเหตุอันได้แก่ กินกระเทียม ไม่แปรงฟัน และกินตันหอม

หากเราวิเคราะห์สิ่งที่ควรห้าม กระทำการต่อซองปากของคนสูบบุหรี่ เราจะไม่แปลกใจว่า ทำไม่การสูบบุหรี่จึงทำให้เกิดกลิ่นปากรุนแรง

1. กลิ่นจากสารเคมีในควันบุหรี่ภายหลังจากการเผาไหม้

2. สารเคมีจากควันบุหรี่จะสะสมอยู่ในปาก เกาะติดกับฟัน เหงือก และกระพุ้งแก้ม

3. สารเคมีจากควันบุหรี่จะทำให้เกิดการระคายเคืองกับเยื่อบุช่องปาก ทำให้ผิวภายในของช่องปากเกิดการอักเสบตลอดเวลา เหมือนกับเวลาที่ควันบุหรี่เข้าตา

4. การสะสมของสารเคมีเหล่านี้ ทำให้จำนวนแบคทีเรียในปากมีจำนวนมากขึ้น

5. แบคทีเรียเหล่านี้จะอยู่ในปาก โดยเฉพาะตามช่องเหงือก และฟัน โดยเฉพาะฟันที่มีหินปูนจับ

6. การสะสมของสารเคมีจากควันบุหรี่และเชื้อแบคทีเรีย จะทำให้เกิดกลิ่นปากอย่างรุนแรงขึ้น

7. สารเคมีจากการเผาไหม้ของบุหรี่ยังถูกสะสมอยู่ในลำคอ หลอดลมและปอด ซึ่งแม้ว่าจะหยุดสูบแล้วระยะเวลาหนึ่ง ลมหายใจก็จะยังมีกลิ่นเหม็นของบุหรี่

สาเหตุอันที่ทำให้คนสูบบุหรี่มีกลิ่นปากแรงคือ

- การสูบบุหรี่ทำให้ปากแห้ง ยิ่งปากแห้งกลิ่นปากก็ยิ่งแรง

- การสูบบุหรี่ทำให้บริมาณน้ำลายในปากลดลง ทำให้ประสิทธิภาพการชำระล้างเชื้อแบคทีเรียในปากลดลง ทำให้เกิดกลิ่นปากแรงขึ้น

- การสูบบุหรี่ทำให้อุณหภูมิในช่องปากสูงขึ้น ทำให้เกิดความเสียหายต่อเนื้อเยื่อในช่องปาก มีการตายของเซลล์บางส่วน ซึ่งยิ่งทำให้จำนวนเชื้อแบคทีเรียในปากเพิ่มขึ้น

- กลิ่นปากในคนที่สูบบุหรี่จะยิ่งรุนแรงขึ้น หากมีเหงือกอักเสบหรือฟันพุ

- การสูบบุหรี่ทำให้ภูมิต้านทานภายในช่องปากลดลง ประสิทธิภาพในการจัดเชื้อแบคทีเรียลดลง นำไปสู่การเกิดโรคเหงือกอักเสบและฟันผุง่ายขึ้น

- การแก้ปัญหากลิ่นปากในคนสูบบุหรี่ที่ดีที่สุดคือ การเลิกสูบบุหรี่ หรือถ้ายังเลิกไม่ได้ ให้สูบให้น้อยลงเท่าที่จะทำได้

รู้จักรอครีอรังและปัจจัยเสี่ยงของคนไทย

4 กลุ่มโรคเรื้อรังที่เป็นสาเหตุหลักของการป่วยและเสียชีวิตของคนไทยอันได้แก่

- โรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง
- โรคความดันสูง
- โรคเบาหวาน
- โรคปอดเรื้อรัง

4 พฤติกรรมเสี่ยงที่เป็นสาเหตุของโรคเรื้อรัง

- ยาสูบเป็นพฤติกรรมเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคทั้ง 4 กลุ่ม
- การดื่มสุรา \ การขาดการออกกำลังกาย / โภชนาการที่ไม่เหมาะสม เป็นพฤติกรรมเสี่ยงร่วมของโรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง โรคความดันสูง และโรคเบาหวาน



4 กลุ่มโรคเรื้อรังนี้เป็นสาเหตุการตายของคนไทยถึงครึ่งหนึ่งในปี พ.ศ.2552 คือ 210,964 คนจากคนไทยที่ตายจากทุกสาเหตุ 416,900 คน ในจำนวนคนที่ตายจาก 4 กลุ่มโรคสองแสนคนนี้ ร้อยละ 27 หรือ 56,960 คนตายก่อนอายุ 60 ปี

ผู้หญิงกับการสูบบุหรี่ : รำลึกวันสตรีสาวก

อะไรที่เป็นสากล มักจะนิยมทำตาม ว่าก้าวหน้า หัวสมัย แต่เรื่องบุหรี่วันไว้สักเรื่องเทอะ

เดือนมีนาคม นอกจากเป็นเดือนที่มีคนสำคัญระดับโลก เกิดให้เจ้าต้นความดีของเข้าแล้ว ยังเป็นวันสตรีสาวกตัวย

เดือนมีนาคมนอกจากมีวันเกิดของคนสำคัญฯ เช่นวันเกิดของโอล์สไตน์ ๑๙ มีนาคมผู้ซึ่งเป็นนักวิทยาศาสตร์คนสำคัญเจ้าของวิสัยเด็ด ความรู้ไม่สู้จินตนาการ หรืออย่าง วินเซนต์ แวนโก๊ก ก็เกิดเดือนนี้ ๓๐ มีนาคม แล้วยังกุหลาบ สายประดิษฐ์ ผู้เขียนข้างหลังภาพ เกิดหลังมาอีกวัน ๓๑ มีนาคม มีวันสำคัญอยู่หลายวัน ในเดือนนี้

วันนักช่าว ๕ มีนาคม วันช้างไทย ๑๗ มีนาคม วันภูนิพนธ์สาวก ๒๒ มีนาคม วันน้ำของโลก ที่คิดว่า น้ำมีมากมายไร้ปัญหาแต่ที่จริง เกินในบางที่และขาดในบางที่ไม่มี สมดุล มีทั้งน้ำท่วม น้ำแล้ง น้ำขาดแคลนและน้ำปนเปื้อนสารพิษ และยังจำได้ไหม? วันไหนที่สำคัญสำหรับผู้หญิงในเดือนนี้

ไม่ใช่วันเบาๆ แต่เป็นวันที่หนักหนาสาหัสสากรร์กว่า จะได้มีวันนี้เกิดขึ้นในโลก วันที่ ๘ มีนาคม “วันสตรีสาวก” เรื่องเกิดขึ้นมา ๑๕๐ กว่าปีมาแล้ว ที่เกิดขึ้นจากที่ผู้หญิงซึ่งเป็นกรรมกร โรงงานทอผ้า ลูกขี้นสู้เพราะถูกนายทุนเจ้าของโรงงานเอารัดเอาเบรียบใช้แรงงานเกินกว่ามนุษย์มนจะทนไหว เธอจึงรวมตัวกันประท้วงให้เห็นคุณค่าของความเป็นคนและเป็นผู้หญิงบ้างและที่สำคัญการใช้แรงงานหญิงหรือชายควรใช้มาตรฐานเดียวกัน

เหตุเกิดที่โรงงานทอผ้า ในรัฐนิวยอร์ก สหรัฐอเมริกา แม้จะเป็นประเทศก้าวหน้าของโลกในยุคหนึ่งได้ก้าวหน้าสักเท่าใด จนผู้หญิงโรงงานที่นิวยอร์กต้องลูกขี้นสู้ ก็ใช้แรงงานกันทั้งวันทั้งคืน งานหนัก ค่าแรงน้อย จนไม่ไหว มีการประท้วงเกิดขึ้นและมีผู้หญิงเสียชีวิตจากเหตุการณ์คราวนั้น ๑๔ คน เพราะมีคนจุดไฟเผาโรงงาน ขณะที่นั่งชุมนุมกันอยู่จึงเกิดเรื่องเคร้า เมื่อ ๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๐๐ เที่ยงกับบ้านเราในสมัยรัชกาลที่ ๕ เกือบปลายรัชสมัยแล้ว บ้านเรายังฝึกสอนผู้หญิง

ผู้หญิงสมัยนั้นทำงานค่าแรงน้อยใช้งานหนักแล้ว หากห้องขึ้นมาถูกโอนออกจากงาน จนกระทั่งปีพ.ศ. ๒๔๕๐ ปีนี้ตรงกับในสมัยรัชกาลที่ ๕ พระองค์เสด็จประพาสญูโรปครั้งที่สอง

คลาร่า เชชคิน ผู้หญิงแกร่งชาวเยอรมันนำกรรมกรประท้วงเรียกร้องสวัสดิการที่ดีขึ้น และให้ลดเวลาทำงานลงให้เหลือ ๘ ชั่วโมงต่อวัน และให้มีสิทธิเลือกตั้งได้ด้วย ไม่ล้ำเรื่องแต่เป็นคำเรียกที่ก้องไปทั่วโลก และหันมาเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ผู้หญิง เพศแม่มากขึ้น



จนกระทั่ง ๘ มีนาคม ๒๔๕๓ (ปีนี้ตรงกับสมัยรัชกาลที่ ๕ พระองค์ท่านเสด็จสวัสดิ์ ๒๓ ตุลาคม ๒๔๕๓) ผู้หญิงจาก๑๗ ประเทศ รวบรวมกันโดยนัดหมาย ที่กรุงโคลเปนเยอ根ประเทศเดนมาร์ก เสนอข้อเรียกร้อง สาม คือ ลดเวลาทำงานลงให้เหลือ ๘ ชั่วโมง ให้เวลาศึกษาพัฒนาตนเอง ๘ ชั่วโมง และมีเวลาพักผ่อน ๘ ชั่วโมง ที่ประชุมรับข้อเสนอของ คลาร่า เชชคิน ให้ถือเป็นวันสตรีสาวกให้ลิทธีเสรีภาพกับผู้หญิงมากยิ่งขึ้น จนทำให้เที่ยมกัน แต่ในปัจจุบันก็ยังมีบางประเทศที่ยังห้ามผู้หญิงขับรถยนต์ ยังไม่ให้สิทธิเลือกตั้งกับผู้หญิง ว่าไปแล้วผู้หญิงไทยใจໄลและคิววิไลซ์กว่า

สุภาพสตรีหลายคนก็ได้ใช้สิทธีอันดงงานนี้ให้เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตในฐานะสุภาพสตรีเพศแม่ อันเป็นประโยชน์ต่อตนของครอบครัวและสังคม แต่ก็มีหลายคนอาจจะคิดว่าสิทธิเท่าเทียมกันแล้วจะทำอันใดก็ได้เป็นสิทธิเสรีภาพ ก็ควรจะเป็นเช่นนั้น แต่มีอยู่เรื่องหนึ่งที่ไม่อยากให้ถือว่าใช้สิทธิเท่าเทียมกันสุภาพสตรีกับการสูบบุหรี่

ไม่ว่าสุภาพบุรุษ หรือสุภาพสตรี ก็ไม่ควรที่จะสูบบุหรี่ ก็เห็นๆ กันอยู่และรู้กันอยู่ว่าไทยพิษภัยเป็นเช่นไร ผู้หญิงคนแรกของโลกที่สูบบุหรี่เป็นคราว ประวัติศาสตร์ไม่ได้เจริญไว้ และผู้หญิงรายล่าสุดที่สูบจะเป็นคราวไม่อาจบอกอนาคตได้ แต่สิ่งที่ผู้หญิงสูบบุหรี่กับชายของไทยเรานั้น ผู้ชายสูบอยู่ที่ ๔๒.๙ เปอร์เซ็นต์ ผู้หญิงสูบเพียง ๒.๔ เปอร์เซ็นต์ เท่านั้น นับว่าน้อยกว่ากันมาก ซึ่งเป็นเรื่องที่ดี

วันสตรีสาวกปีนี้ ให้เนกถึงสุภาพสตรีที่ทำงานเพื่อสังคม ส่วนรวมที่มีอยู่มากมายในแผ่นดิน ด้วยจิตสาธารณะ หญิงชายต่างช่วยกันสร้างสรรค์สังคมหรือแบกโลกกันไว้คันละครึ่งมีสิทธิเสรีภาพเท่าเทียมกัน จึงขอเพียงอย่าได้อ้างสิทธิเท่าเทียมกันเป็นสตรีสาวกในการสูบบุหรี่ หากยังสูบอยู่ขอให้อ้างสิทธิเสรีภาพเท่าเทียมกันในการลดละเลิกสูบบุหรี่เพื่อสุขภาพของตนและคนในสังคมแทนจะดีกว่า และดีเป็นที่สุด

ผู้หญิงยุคใหม่ สวย เท่ มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ โดยไม่ต้องพึ่งพาบุหรี่ ด้วยความรำลึกถึงวันสตรีสาวก ๘ มีนาคม วันสำคัญสำหรับสุภาพสตรีและเพศแม่ที่รักของทุกคน



● เครือข่ายสื่อมวลชนสีขาว ศูนย์ผลิตรายการวิทยุโทรทัศน์ – เรดิโอแกรม จ.อุบลราชธานี จัดกิจกรรม “คุณคือคนเก่ง เก่งได้ไม่พึงยาเสพติด” สนับสนุนโดยมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

● การอบรมความรู้เรื่อง โภช พิษภัย ผลกระทบจากการสูบบุหรี่ cavernous หรือมือสองและแนวทางการดำเนินงานบ้านปลอดบุหรี่ ภายใต้กิจกรรม “เด็กอนุบาล กทม. รักษ์บ้านปลอดบุหรี่” โรงเรียน กทม. ณ ศูนย์เยาวชน กทม. (ไทย – ญี่ปุ่น ดินแดง) เมื่อวันที่ 6 มีนาคม และที่โรงเรียนลันติราษฎร์วิทยาลัย เขตราชเทวี เมื่อวันที่ 8 มีนาคม





มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ จัดอบรมพัฒนาศักยภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ ภายใต้โครงการ “จังหวัดปลอดบุหรี่” เมื่อวันที่ 7-8 มีนาคม ที่ จ.สุราษฎร์ธานี และเมื่อวันที่ 14-15 มีนาคม จ.พิษณุโลก