

“วันงดสูบบุหรี่โลก” ประจำปี 2568 ในวันที่ 31 พฤษภาคม

“วันงดสูบบุหรี่โลก” ประจำปี 2568 ในวันที่ 31 พฤษภาคม ภายใต้คำขวัญ “กระชากหน้ากากธุรกิจ บุหรี่ไฟฟ้า นิโคตินเสพติด จน ตาย” เพื่อสร้างความตระหนักถึงอันตรายของบุหรี่ไฟฟ้า โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน วันงดสูบบุหรี่โลกจัดขึ้นครั้งแรก เมื่อปี พ.ศ. 2531 โดยองค์การอนามัยโลก เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูบบุหรี่เลิกสูบ และผลักดันนโยบาย ความมยาสูบโลกทั่วโลก โดยสัญลักษณ์เป็นดอกกลีลาวดี สื่อถึงการละทิ้งสิ่งไม่ดีเพื่อชีวิตที่ดีขึ้น สถานการณ์ทั่วโลกพบว่ามีผู้เสียชีวิตจากการใช้ยาสูบกว่า 8 ล้านต่อปี โดย 1.3 ล้านคนเสียชีวิตจากควันบุหรี่มือสอง สำหรับประเทศไทย ปีงบประมาณ 2567 มีผู้เสียชีวิตจากโรคที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ กว่า 24,000 คน



31 พฤษภาคม ของทุกปี

วันรณรงค์งดสูบบุหรี่โลก

(WORLD NO TOBACCO DAY)



“กระชากหน้ากากธุรกิจ บุหรี่ บุหรี่ไฟฟ้า นิโคตินเสพติด จน ตาย”

สารอันตรายในบุหรี่ ควันบุหรี่จะประกอบไปด้วยสารเคมีที่มีอันตรายต่อสุขภาพกายของเรา ประมาณ 4,000 ชนิด ซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ได้ 3 กลุ่ม คือ

- **กลุ่มแรก ได้แก่ คาร์ หรือ น้ำบดิน** หรือที่เห็นเป็นคราบบุหรี่ เป็นที่รวมของสารเคมีในกลุ่มของไฮโดรคาร์บอน ซึ่งจะรวมตัวเป็นสารที่มีความหนืดวืด อยู่กับเนื้อปอด และมีคุณสมบัติเป็นสารก่อมะเร็งโดยตัวของมันเอง นอกจากนี้ยังเป็นสารที่เร่งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง หากผู้สูบบุหรี่นั้นไม่มีโรคอะไรอยู่ในร่างกายแล้ว
- **กลุ่มที่สอง ได้แก่ นิโคติน** ซึ่งจัดเป็นสารที่มีการกระตุ้นสมอง และประสาทส่วนกลางได้ในระยะแรก แต่ระยะต่อมาจะมีฤทธิ์กดระบบประสาท นอกจากนี้ยังทำให้เส้นเลือดหดตัว มีผลทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น กระตุ้นหัวใจให้เต้นเร็วขึ้นด้วย นิโคตินมีส่วนทำให้คนที่สูบบุหรี่อยากสูบบุหรี่เรื่อยๆ
- **กลุ่มที่สาม ได้แก่ ก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์** ซึ่งมีความเข้มข้นสูงในควันบุหรี่จะไปขัดขวางการรับออกซิเจนของเม็ดเลือดแดง และยังทำให้ไขมันพอกพูนตามผนังเส้นเลือดมากขึ้น ทำให้เส้นเลือดตีบ สายตาเสื่อม ลดประสิทธิภาพในการตัดสินใจ และลดการตอบสนองต่อเสียง ซึ่งเป็นอันตรายต่อคนขับรถ นักบิน และมีผลทำให้สมรรถภาพของนักกีฬาลดน้อยลง



วันงดสูบบุหรี่โลก” ประจำปี 2568 ในวันที่ 31 พฤษภาคม ภายใต้คำขวัญ
“กระชากหน้ากากธุรกิจ บุหรี่ บุหรี่ไฟฟ้า นิโคตินเสพติด จน ตาย”
เพื่อสร้างความตระหนักถึงอันตรายของบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน

ประชาชนได้รับการส่งเสริมการเรียนรู้ ที่มีคุณภาพ มีความสุข พร้อมเข้าสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ ตลอดชีวิต
กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ ท้องถิ่นสู่ประชาชน “เฉลิมราชกุมารี” จังหวัดยโสธร
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอคำเขื่อนแก้ว
สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดยโสธร

กรมส่งเสริมการเรียนรู้
Department of Learning Encouragement



ผลดีจากการเลิกสูบบุหรี่

เกิดขึ้นเกือบจะทันทีหลังเลิกสูบ



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (มส.)

36/2 ซอยประดิษฐ์ 10 ถนนประดิษฐ์ แขวงบางนาใต้ เขตบางนา กรุงเทพฯ 10400
โทร. 0-2278-1828 โทรสาร. 0-2278-1830
<http://www.ashthailand.or.th> หมายเลขฉุกเฉิน 2564



ด้วยความปรารถนาดี จาก องค์การบริหารส่วนตำบลนายายอาม

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม โทรศัพท์ 039-491-000-106

