

Thuốc Lá Điện Tử Có An Toàn Không?

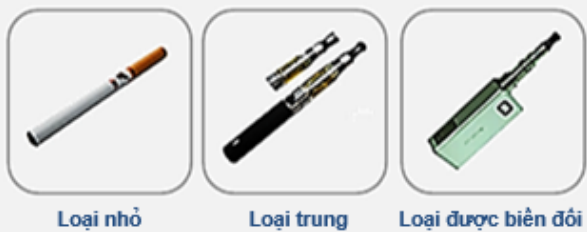
THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ (E-CIGARETTES) LÀ GÌ?

Thuốc lá điện tử là những dụng cụ chạy bằng pin để làm nóng một chất lỏng chứa nicotine, đó là một hóa chất dễ gây nghiện có trong thuốc lá. Thuốc lá điện tử biến chất lỏng này thành hơi nước để người ta có thể hít vào và thở ra giống như khói thuốc lá. Người sử dụng có thể mua những ống chứa chất lỏng có nicotine với những mùi vị khác nhau.

Cấu trúc một Điều Thuốc Lá Điện Tử



Các loại Điều Thuốc Lá Điện Tử



SỰ THẬT CẦN BIẾT

- Có 450 ngàn học sinh trung học đệ nhất cấp và 2 triệu học sinh đệ nhị cấp đã dùng thử thuốc lá điện tử, và con số này đang gia tăng mỗi năm.¹
- Những hãng thuốc lá lớn đang làm chủ nhiều công ty thuốc lá điện tử.
- Không có bằng chứng đầy đủ nào cho thấy thuốc lá điện tử là có thể giúp người hút thuốc lá bỏ được hút thuốc.
- Cũng không có đủ nghiên cứu nào hỗ trợ lời xác nhận là thuốc lá điện tử an toàn hơn loại thuốc lá thường.
- Do thuốc lá điện tử phần lớn không được kiểm soát, nên chúng có thể chứa những hóa chất độc hại.
- Người ta chưa biết được ảnh hưởng lâu dài đến sức khỏe của thuốc lá điện tử.

NHỮNG NGUY HIỂM CỦA THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ

Hơi nước thở ra từ người hút thuốc lá điện tử có chứa nicotine và những chất độc hại khác. Khi phụ nữ mang thai tiếp xúc với những hóa chất này, thì chúng có thể ảnh hưởng đến sự phát triển não bộ của thai nhi.

Khi trẻ em tiếp xúc với thuốc lá điện tử, thì chúng có thể bắt đầu hút thuốc lá sớm.

Trẻ em có thể bị nhiễm độc do uống nhầm phải thuốc lá điện tử trong các ống chứa chất lỏng với đầy màu sắc và hương vị.



THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ CÓ AN TOÀN HƠN ĐIỀU THUỐC LÁ THƯỜNG KHÔNG?

KHÔNG AN TOÀN. Theo như chúng tôi được biết.

Những nhà nghiên cứu đã tìm thấy rằng những người hút thuốc lá điện tử không những tiếp xúc với nicotine, mà còn với những hóa chất độc hại khác, giống như hút điều thuốc lá thường vậy.

Cả hai loại thuốc lá điện tử và điều thuốc lá thường đều cần sự hít vào hơi nước hoặc khói thuốc, mà cả hơi nước và khói thuốc đều có thể kích thích và gây tổn thương cho phổi.

THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ CÓ GIÚP ĐƯỢC NGƯỜI HÚT THUỐC LÁ BỎ HÚT THUỐC LÁ ĐƯỢC KHÔNG?

Thuốc lá điện tử **KHÔNG** loại bỏ được sự nghiện nicotine của người hút thuốc lá.

Thực tế là, vài người có thể hút cả thuốc lá thường và thuốc lá điện tử, điều này làm cho người ta khó bỏ hút thuốc lá thành công hơn.

NÊN LÀM GÌ NẾU BẠN HOẶC NGƯỜI NÀO BẠN BIẾT MUỐN BỎ HÚT THUỐC LÁ?

Nhớ rằng, thuốc lá điện tử đã không được chứng minh là an toàn hoặc hiệu quả để giúp người ta bỏ hút thuốc lá. Nhưng hiện đã có những phương pháp đã được chứng minh và đều an toàn để giúp người ta bỏ hút thuốc lá.

Nếu bạn hoặc người nào bạn biết muốn bỏ hút thuốc lá, thì:

- Hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc nhà chuyên môn về chăm sóc sức khỏe, hoặc
- Vào mạng www.asiansmokersquitline.org, hoặc
- Gọi Trung Tâm Cai Thuốc Lá:
Tiếng Việt: **1-800-778-8440**
Tiếng Quảng Đông và Quan Thoại: **1-800-838-8917**
Tiếng Đại Hàn: **1-800-556-5564**
Tiếng Anh: **1-800-NO-BUTTS (1-800-662-8887)**

Biên Soạn:

Matthew Jeong | Irene Ly | Kristine Phung | Filmer Yu

Trình Bày:

Vickie Nguyen | Mi Tran | Alice Guan

Xuất Bản:

UCSF Healthy Family Project
Vietnamese Community Health Promotion Project
Chinese Community Health Resource Center
Asian American Research Center on Health

Bản thông tin này được biên soạn và hỗ trợ một phần bởi Tobacco-Related Disease Research Program Grant 22RT-0089H và National Institute on Drug Abuse Grant 5R01DA036749
<http://www.asianarch.org/eciq> | All rights reserved, September, 2015