

เลิก..!! ได้ก็ดี..

นำเสนอเมื่อ : 5 มี.ค. 2552

ในเชิงการแพทย์ ควันบุหรีเป็นอันตรายต่อสุขภาพเมื่อเข้าสู่ทางเดินอากาศหายใจ จะโดยการสูบบุหรีหรือโดยหายใจรับควันบุหรีที่ลอยลอยอยู่ในอากาศรอบตัว

สารมลพิษในควันบุหรีสามารถทำอันตรายต่อร่างกายทั้งเฉพาะที่ในทางเดินอากาศหายใจและปอดและระบบอื่นในร่างกายด้วย ดังนั้น หากไม่มีผู้สูบบุหรีหรือการสร่างควันบุหรีขึ้นในบรรยากาศภัยอันเกิดจากควันบุหรีก็จะหมดไป

วิธีการต่าง ๆ ที่นำไปใช้ในการรณรงค์ต่อต้านการบริโภคบุหรีส่วนใหญ่ยังให้ผลน้อยมากสาเหตุประการหนึ่งของการล้มเหลวในการอดบุหรีก็คือ การติดนิโคติน ดังนั้น

วิธีอดบุหรีโดยการใช้นิโคตินเพื่อทดแทนจากที่ได้รับจากการสูบบุหรีจึงได้รับความสนใจจากนักรณรงค์ต่อต้านบุหรี

การใช้นิโคตินมีหลายทาง เช่น ใทกิ้นหรืออมยาเขานิโคติน เคี้ยวหมากนิโคติน และติดแผ่นนิโคตินที่ผิวหนัง

วิธีใช้นิโคตินเพื่อให้สามารถอดบุหรีด้วยวิธีดังกล่าวเข้าทำนองการรักษาแบบหนามยอกเอาหนามบ่ง

อย่างไรก็ดี โดยทฤษฎีทางการแพทย์ การนำนิโคตินมาทดแทนให้แกร่างกายดังกล่าว

อาจช่วยให้ผู้ที่สูบบุหรีรวมทั้งคนข้างเคียงหลีกเลี่ยงพิษจากสารมลพิษในควันบุหรีได้

แต่มีรายงานว่าช่วยให้ผู้สูบบุหรีได้เพียงร้อยละ ๙-๓๐ ของผู้เข้ารับการรักษา

ยิ่งกว่านั้นยังเป็นไปได้ว่าผู้ใช้นิโคตินดังกล่าวอาจจะติดนิโคตินต่อไปอีก จึงไม่สามารถหลีกเลี่ยงพิษของนิโคติน เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือดได้ วิธีการเพื่อเลิกสูบบุหรีจึงอาจเข้าทำนองไซหนามบ่งหนาม

แต่เหลือหนามเล่มใหม่คาดคิดไว้

เคยมีการแนะนำให้เลิกสูบบุหรีที่ **ต้องการเลิกสูบบุหรีแต่เลิกไม่ได้** เพราะติดนิโคตินให้ใช้กล่องกรองสารพิษในควันบุหรี เพื่อลดระดับนิโคตินในเลือดลงช้า ๆ อาจทำให้สามารถเลิกสูบบุหรีได้ในที่สุด.

ผู้เขียน : ศ. ดร. นพ.สมชัย บวรกิตติ ราชบัณฑิต ประจำภาควิทยาศาสตร์สุขภาพ สาขาวิชาแพทยศาสตร์ สำนักรักษาพยาบาล และ รศ. นพ. อรรถ นานา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ที่มา : จดหมายข่าวราชบัณฑิตยสถาน ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๓๖, พฤษภาคม ๒๕๓๗