

ผู้หญิง นักสูบบุหรี่ใหม่ เพิ่มมากขึ้น เสี่ยงมากขึ้น



ภาพผู้หญิงไทยกับการสูบบุหรี่ในสังคมปัจจุบัน มีให้เห็นได้ง่ายและเพิ่มมากขึ้น ถึงแม้ว่าอัตราการสูบบุหรี่ของผู้หญิงไทยจะน้อยกว่านานาประเทศ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า เป็นเรื่องที่น่ายินดี เพราะในประเทศไทยแนวโน้มการสูบบุหรี่ของผู้หญิงกำลังเพิ่มขึ้น ขณะที่ผู้สูบลบกลับมีอายุน้อยลงทุกที

ผศ.ดร.มณฑา เก่งการพานิช ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล หนึ่งในผู้ที่ต้องการลดจำนวนการสูบบุหรี่ของผู้หญิงไทย ได้พูดถึงสถิติการสูบบุหรี่ รวมไปถึงโทษร้ายแรงของบุหรี่ที่ส่งผลกระทบต่อร่างกายให้ฟังว่า ผลสำรวจจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ อัตราการสูบบุหรี่ของผู้หญิงเพิ่มสูงขึ้นจากปี 2550 ถึง 2554 จากเดิมร้อยละ 1.9 ขึ้นมาเป็น ร้อยละ 2.1 เมื่อเทียบเป็นตัวเลขก็ประมาณ 600,000 คน นับว่าเป็นจำนวนที่สูงมาก ภาคเหนือและภาคกลางมีจำนวนการสูบบุหรี่สูง ส่วนอัตราการสูบบุหรี่จะเป็นภาคใต้กับภาคอีสาน ที่มีจำนวนค่อนข้างสูงกว่าภาคอื่น ๆ ผศ.ดร.มณฑา ยังบอกอีกว่า พิษภัยของบุหรี่ที่เกิดขึ้นกับผู้หญิง จะทำให้มีโอกาสและเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ ได้มากกว่าผู้ชายที่ไม่สูบบุหรี่ ไม่ว่าจะเป็นโรคมะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม โรคเกี่ยวกับปอด ทางเดินหายใจ และโรคเกี่ยวกับระบบความดันโลหิต รวมถึงโรคหัวใจหลอดเลือด ซึ่งผู้หญิงที่กินยาคุมและสูบบุหรี่ เป็นการเพิ่มความเสี่ยงของการเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ และกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน ได้มากกว่าผู้ชายที่ไม่สูบบุหรี่ถึง 30 เท่า "สำหรับผู้หญิงตั้งครรภ์ที่สูบบุหรี่ แน่นอนว่า การสูบบุหรี่ระหว่างที่ตั้งครรภ์ จะส่งผลโดยตรงกับผู้หญิงและทารก เพราะในบุหรี่มีสารพิษมากกว่า 3,000 ชนิด ที่ส่งผ่านได้โดยตรงไปยังทารกในครรภ์ ทำให้เพิ่มโอกาสเสี่ยงที่จะแท้งและทารกเสียชีวิตเฉียบพลัน รวมถึงพิการแต่กำเนิดได้สูงมาก และโดยเฉพาะอย่างยิ่งเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานแทรกซ้อน ขณะตั้งครรภ์ได้ง่ายมากขึ้นด้วย"

ผศ.ดร.มณฑา อธิบายเพิ่มเติมว่า แนวโน้มการสูบบุหรี่ของผู้หญิง รวมถึงวัยรุ่นหญิงในปัจจุบันมีอัตราการสูบบุหรี่สูงขึ้น ขณะที่อายุผู้สูบลบกลับน้อยลงเรื่อย ๆ สถิติแบบนี้ถือเป็นสัญญาณอันตราย เพราะถ้าไม่ช่วยกันลดนักสูบหน้าใหม่ จะทำให้ควบคุมสถานการณ์ยากขึ้น ถึงแม้ว่าอัตราการสูบบุหรี่ของผู้หญิงไทย เมื่อเปรียบเทียบกับผู้หญิงประเทศอื่น ๆ จะอยู่ในระดับที่ค่อนข้างต่ำก็ตาม แต่ระดับ 2 เปอร์เซ็นต์ ที่เพิ่มขึ้นถือว่าไม่อยู่ในระดับที่น่าพอใจ เพราะตามหลักความเป็นจริงแล้ว อัตราการสูบบุหรี่ต้องไม่เพิ่มขึ้นและเป็นศูนย์เท่านั้น

ทั้งนี้ ผู้หญิงที่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่จะเป็นวัยแรงงาน และวัยสูงอายุ ที่มีอัตราการสูบบุหรี่สูงจนน่าเป็นห่วง เพราะกลายเป็นสถานการณ์เรื้อรัง เนื่องจากผู้หญิงสูงอายุ มีการสูบบุหรี่ทั้งชนิดเคี้ยวและบุหรี่ไร่คว้น นอกเหนือจากบุหรี่ที่สูบทั่วไป ส่วนวัยรุ่น แม้จะมีการสูบบุหรี่ในระดับต่ำ แต่มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ จากการเป็นนักสูบหน้าใหม่ เนื่องจากปัจจุบันนี้กลุ่มเป้าหมายของการเพิ่มจำนวนผู้สูบบุหรี่เป็นผู้หญิง โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิง "นอกจากนี้ การปรับเปลี่ยนและคัดแปลงบุหรี่ เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่ายขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการออกแบบกล่องบรรจุภัณฑ์ที่เป็นลวดลายน่ารัก ดูสะอาดตา รวมถึงการเพิ่มรสและกลิ่นต่าง ๆ อย่างเช่น บุหรี่ที่มีรสและกลิ่นผลไม้ บุหรี่สมุนไพร เช่น บุหรี่กานพลู ซึ่งใช้รสชาติและกลิ่นเพื่อชวนเชื่อให้ผู้สูบบุหรี่คิดว่า มีความรุนแรงและพิษภัยน้อยกว่าเดิม ซึ่งจริง ๆ แล้วไม่ใช่เลย บุหรี่เหล่านี้ถูกเรียกว่า "บุหรี่ยุทธ" ซึ่งถือว่าเป็นบุหรี่เถื่อน ประเทศไทยไม่อนุญาตให้ใช้ค่านี้นี้ และมีความหมายห้ามนำเข้า แต่ก็กลับพบว่า มีผู้ลักลอบนำเข้าและจำหน่าย สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า ยังมีการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง"

ผศ.ดร.มณฑา ได้ฝากคำแนะนำให้ทั้งชายและหญิงที่อยากลอง หรือคิดว่าการสูบบุหรี่แล้วเท่ น่าแฟชั่น หรือคิดเป็นผู้หญิงยุคใหม่ทันสมัย ควรปรับความคิดใหม่ เพราะการสูบบุหรี่มีผลเสียต่อร่างกายอย่างร้ายแรง อีกทั้งเมื่อผู้หญิงติดบุหรี่แล้วเลิกยากกว่าผู้ชาย จึงควรปรับเปลี่ยนความคิด และพฤติกรรม ลองทำในสิ่งที่เป็ประโยชน์ เพื่อเป็นการพัฒนาบุคลิกภาพของเราในด้านอื่น อย่างเช่น การออกกำลังกาย อ่านหนังสือ เล่นดนตรี รวมถึงการทำงานจิตอาสา ก็เป็นอีกหนึ่งในหลายวิธีเสริมสร้างบุคลิกและสุขภาพที่ดีได้เช่นเดียวกัน