

# รู้ทันบุหรี่แปลงร่าง

ลองให้คุณคิดว่าปลอดภัย



## ล่าสุดบริษัทบุหรี่วางกลยุทธ์ ทางการค้าใหม่

โดยคิดผลิตภัณฑ์ยาสูบชนิดใหม่ที่มีส่วนผสมของสารนิโคตินแต่ไม่มีควันจากการเผาไหม้ และโฆษณาว่าช่วยลดอันตรายที่เกิดจากควันบุหรี่ (harm reduction products) ช่วยลดการสูบบุหรี่เพื่อสร้างทางเลือกใหม่ที่แก้ปัญหาสุขภาพให้กับผู้สูบบุหรี่และผู้ได้รับควันบุหรี่ เพราะบริษัทบุหรี่กำลังเผชิญกับความเข้มแข็งของกฎหมายควบคุมยาสูบที่มีความเข้มงวดมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็น กฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะ หรือความตระหนักในปัญหาการสูบบุหรี่ที่ทำให้จำนวนผู้สูบบุหรี่ลดลงทุกวัน แต่ความจริงแล้ว ผลิตภัณฑ์หลากหลายประเภทลองให้คุณคิดว่า

ปลอดภัย และเพื่อรักษาฐานทางการตลาด และยังคงล่าลูกค้ารายใหม่ต่อไปเพื่อความอยู่รอดของธุรกิจ **นี่คือความจริงที่คุณต้องรู้ทัน !!!**

**บุหรี่แปลงร่าง (modified cigarettes)** มีการลดปริมาณสารทาร์ (low tar หรือ light cigarettes) คาร์บอนมอนอกไซด์ นิโคตินและไนโตรซามีนให้น้อยกว่าบุหรี่ทั่วไปโดยการเปลี่ยนแปลงวิธีการบ่มใบยาสูบ ผู้สูบมีความเชื่อว่าการสูบบุหรี่ที่ลดปริมาณนิโคตินและสารก่อมะเร็งจะช่วยลดการติดและอันตรายจากการสูบได้ แต่วิธีการใช้ยังคงเป็นการสูบเช่นเดียวกับบุหรี่ทั่วไป จากการศึกษาพบว่าการใช้บุหรี่ที่ลดปริมาณสารทาร์ นิโคตินและสารก่อมะเร็งเหล่านี้ไม่ได้ทำให้ผู้สูบมีความปลอดภัยมากขึ้นแต่อย่างใด ซึ่งผู้สูบก็ยังคงได้รับสารเหล่านี้ที่อยู่และนำมาซึ่งโรคร้ายต่างๆ ไม่ต่างจากการสูบบุหรี่ธรรมดา นอกจากนี้ไม่มีหลักฐานการศึกษาใดที่ระบุว่าการเปลี่ยนจากการสูบบุหรี่ธรรมดาเป็นบุหรี่ที่มีนิโคตินต่ำทำให้การติดนิโคตินลดลง อีกทั้งอาจได้รับอันตรายจากสารเคมีชนิดอื่นที่ถูกใช้ในกระบวนการผลิตที่พิเศษเพิ่มมากขึ้นด้วย

**บุหรี่ไร้ควัน (smokeless tobacco)** โดยอ้างว่านอกจากจะไม่มีควันรบกวนคนสูบและคนใกล้เคียงแล้ว บุหรี่ชนิดนี้ยังไม่มีส่วนผสมของยาสูบแม้แต่ชนิดเดียว แถมยังคงมีรสชาติที่

เหมือนกับบุหรี่ธรรมดาอีกด้วย รูปแบบผลิตภัณฑ์มีหลากหลาย เช่น ใบบยาสูบบดเป็นผงแห้ง (powder dry snuff) ใบบยาสูบแห้งแต่งกลิ่นรสสำหรับเคี้ยว (loose leaf chewing tobacco) และรูปแบบอื่นๆ ที่ทันสมัยและสะดวกในการใช้ (modern smokeless tobacco products) ซึ่งผลทำให้มีสารไนโตรซามีนน้อย เช่น รูปแบบยาอม เป็นต้น จากการศึกษาพบว่าบุหรี่ไร้ควัน แม้ผู้สูบจะใช้ในสภาพที่ปราศจากการเผาไหม้ แต่ยังมีส่วนประกอบสำคัญคือ นิโคตินที่ยังทำให้เกิดการเสพติดและสารก่อมะเร็งถึง 28 ชนิด เมื่อเปรียบเทียบปริมาณนิโคติน พบว่าการสูบบุหรี่ปกติ ปริมาณนิโคตินในกระแสเลือดจะเพิ่มขึ้นสูงสุดในช่วงเวลา 5 นาทีแรก และจะลดลงอย่างรวดเร็ว แต่นิโคตินที่ได้จากบุหรี่ไร้ควันนอกจากดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือดได้สูง ปริมาณนิโคตินยังค่อยๆ เพิ่มขึ้นใกล้เคียงกับนิโคตินที่ได้จากบุหรี่ปกติ และจะคงอยู่ในกระแสเลือดในปริมาณสูงต่อเนื่องเป็นเวลานาน เมื่อเทียบกับหมากฝรั่งและแผ่นแปะที่ผิวหนังเพื่อการเลิกสูบบุหรี่ พบว่าบุหรี่ไร้ควันมีระดับนิโคตินในกระแสเลือดมากกว่าถึงเท่าตัว จึงไม่ควรใช้บุหรี่ไร้ควันทดแทนการหยุดสูบบุหรี่ ผลการวิจัยยังพบว่า ผู้ที่ใช้บุหรี่ไร้ควันมีแนวโน้มที่จะหันมาสูบบุหรี่ธรรมดา มากกว่าผู้ที่ไม่เคยใช้บุหรี่ไร้ควันถึง 3 เท่า ที่สำคัญคือการใช้บุหรี่ไร้ควันทำให้เกิดแนวโน้มที่จะติดบุหรี่อีกด้วย

**ผลิตภัณฑ์ที่ออกแบบให้คล้ายบุหรี่ (cigarette-like products)** ตัวอย่างเช่น บุหรี่อิเล็กทรอนิกส์ (electronic หรือ E-cigarettes) ซึ่งไม่มีใบบยาสูบเป็นส่วนผสม แต่มีแต่สารละลายนิโคติน และสารเคมีโพสไฟลีนไกลคอล ซึ่งบรรจุในรูปแท่ง (cartridge) มีแบตเตอรี่สำหรับอัดไฟไว้ในเครื่อง เมื่อสูบลมผ่านเข้าเครื่องจะเปลี่ยนโพสไฟลีนไกลคอลให้เป็นละอองคล้ายควันบุหรี่ และแต่งกลิ่นให้น่าใช้ แม้จะมีการอ้างถึงข้อดีของบุหรี่อิเล็กทรอนิกส์คือ ไม่มีควันที่มีกลิ่น ลมหายใจผู้สูบไม่มีกลิ่น ฟันไม่เหลือง ไม่มีควันบุหรี่มือสอง ที่สำคัญคือไม่มีสารทาร์ สารพิษ หรือสารก่อมะเร็ง อย่างไรก็ตาม จากการตรวจสอบผลิตภัณฑ์ที่ขายตามท้องตลาดพบว่า ในแต่ละแท่งมีนิโคตินมากถึง 18 มิลลิกรัมซึ่งมากกว่าปริมาณที่ระบุไว้บนฉลากและมากกว่าบุหรี่รูปแบบธรรมดาถึง 10 เท่า

นอกจากนี้ ยังพบสารไดเอทิลีนไกลคอลซึ่งเป็นสารที่ก่อให้เกิดพิษต่อร่างกายมนุษย์ รวมถึงสารก่อมะเร็งและไนโตรซามีนอีกด้วย และยังไม่มีการศึกษาถึงประสิทธิภาพและความปลอดภัย จึงไม่สามารถยืนยันได้ว่าผู้สูบจะมีความปลอดภัยจากการใช้ผลิตภัณฑ์ชนิดนี้ การโฆษณาเท็จให้เข้าใจผิดว่าสูบแล้วไม่เกิดอันตราย และสามารถช่วยเลิกสูบบุหรี่ได้ ซึ่งไม่เป็นความจริง นอกจากนี้ อาจเป็นการส่งเสริมให้ผู้ที่อายุน้อยรู้จักใช้นิโคตินและนำไปสู่การใช้ผลิตภัณฑ์บุหรี่แบบเดิมเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นที่รู้กันดีถึงผลร้ายต่างๆ ต่อสุขภาพที่จะตามมา ล่าสุดองค์การอาหารและยาของสหรัฐอเมริกา ได้ออกมาเตือนเกี่ยวกับอันตรายจากการใช้บุหรี่อิเล็กทรอนิกส์และไม่มีอนุญาตให้ใช้หรือจำหน่าย สำหรับประเทศไทย การนำเข้าหรือขายบุหรี่อิเล็กทรอนิกส์ หรือบุหรี่ไร้ควัน ถือว่าผิดกฎหมาย พ.ร.บ.ศุลกากร พ.ศ.2469 มาตรา 27 ผู้ฝ่าฝืนโทษปรับเป็นเงิน 4 เท่าของราคาของ รวมค่าอากร หรือจำคุกไม่เกิน 10 ปี หรือทั้งจำทั้งปรับ

**เจลนิโคติน (nicotine gel)** ใช้ทาเมื่อแล้วถู เพื่อให้สารนิโคตินซึมเข้าสู่ร่างกายภายใน 30 วินาที แม้ว่าผลิตภัณฑ์ดังกล่าวไม่มีส่วนผสมของใบยาสูบ แต่ก็ทำให้เกิดอันตรายได้เช่นกัน เพราะไม่มีงานวิจัยรองรับประสิทธิภาพและความปลอดภัย จึงไม่ทราบว่าร่างกายจะได้รับนิโคตินในปริมาณเท่าใด

เนื่องจากเป็นที่รู้กันดีว่าบุหรี่มีพิษภัยร้ายแรง บริษัทบุหรี่จึงมุ่งจับกระแสสุขภาพ เห็นได้ว่าบุหรี่แปลงร่างที่มีรูปแบบใหม่หลากหลายขึ้น เป็นเพียงกลยุทธ์การตลาดของบริษัทบุหรี่ที่ต้องการลวงผู้สูบบุหรี่ให้คิดว่าผลิตภัณฑ์เหล่านี้มีความปลอดภัยและไม่เลิกสูบบุหรี่ และยังเป็น การส่งเสริมให้คนรุ่นใหม่อยากลองใช้ แต่ผลิตภัณฑ์เหล่านี้ไม่ใช่ผลิตภัณฑ์ช่วยเลิกบุหรี่ ไม่ได้ผ่านการรับรองประสิทธิภาพจากองค์การอาหารและยา ไม่ได้ช่วยให้ผู้สูบบุหรี่ปลอดภัยกว่าการสูบบุหรี่ธรรมดา และคำกล่าวนี้อาจจะยืนยันได้ดี

There is no such thing as a 'safe' cigarette or 'safe' smoking. Every cigarette is doing you damage. **“Stop smoking is the only healthy option”**

ไม่มีบุหรี่ชนิดใดปลอดภัย วิธีการที่คุณจะปลอดภัยจากบุหรี่ได้คือ **“ไม่สูบบุหรี่”**

### **ผู้เขียน**

นิสิตเภสัชศาสตร์ นุจรี คำหอม

นิสิตเภสัชศาสตร์ ศิริวัฒนา ปวงคำ

สาขาวิชาบริหารเภสัชกรรม สำนักวิชาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร พะเยา

**เว็บไซต์** มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ [www.ashthailand.or.th](http://www.ashthailand.or.th)

### **เอกสารอ้างอิง**

1. พบบุหรี่พันธุ์ใหม่ แปลงร่างนิโคตินเจลไม่ต้องสูบ [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ: คมชัดลึก 2552. ชาวศาสนา ศิลปวัฒนธรรม สาธารณสุข; [วันที่อ้างถึง 21 กันยายน 2552]. 1 หน้า. ที่มา: <http://www.komchadluek.net/detail/20090628/18650/พบบุหรี่พันธุ์ใหม่แปลงร่างนิโคตินเจลไม่ต้องสูบ.html>.
2. บุหรี่ไร้ควัน ลวงโลก ซึ้นนิโคตินสูง ฤทธิ์เท่ายาบ้า [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ: มติชนออนไลน์ 2552. ชาวสุขภาพ; [วันที่อ้างถึง 21 กันยายน 2552]. 1 หน้า. ที่มา: [http://www.matichon.co.th/news\\_detail.php?newsid=1219568098&gpid=03&catid=04](http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1219568098&gpid=03&catid=04).