

บทรายการวิทยุพันทอล์ค

เรื่อง บุหรี่ไฟฟ้ากับสุขภาพและช่องปาก

ผู้เขียนบทความ ผศ.ทพญ.ดร.ทิพย์ฤทัย ประยูรวงษ์

บุหรี่ไฟฟ้า หรือ บุหรี่อิเล็กทรอนิกส์ คือ ผลิตภัณฑ์ที่ออกแบบมาเพื่อเลียนแบบผลิตภัณฑ์ประเภทยาสูบ บุหรี่ บุหรี่ซิการ์ หรือบุหรี่แบบกลิ้งสูบ เป็นเครื่องมือ (Devices) ที่สร้างขึ้นเพื่อให้ใช้น้ำยาบุหรี่ไฟฟ้า (E-Liquid) เกิดความร้อนจนสามารถระเหยเป็นไอละอองขึ้นมา ลักษณะคล้ายคลึงกับยาสูบจริงแต่ไม่มีการเผาไหม้เป็นผลข้างเคียง เพราะไม่ต้องมีการจุดไฟและเผาไหม้จากการใช้ไฟแช็คหรือไม้ขีดไฟ เลือกระดับของนิโคตินหรือเลือกแบบไม่มีนิโคตินได้ตามความต้องการของผู้เสพ (1, 2)

ผลของบุหรี่ไฟฟ้าต่อระบบร่างกาย (3) ประกอบด้วย

ระบบร่างกาย	ผลของบุหรี่ไฟฟ้า
ระบบทางเดินหายใจ	- ระคายเคืองต่อระบบทางเดินหายใจส่วนบนและส่วนล่าง - หลอดลมอักเสบ - ไอ - ถูกลมโป่งพอง - โรคปอดอักเสบ (หรือปอดบวม)
ระบบภูมิคุ้มกัน	- การเหนี่ยวนำการอักเสบ - ลดประสิทธิภาพของระบบภูมิคุ้มกัน
ระบบประสาทส่วนกลาง	- การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม - หน่วยความจำเสื่อม - อาการสั่นและกล้ามเนื้อกระตุก
ปัญหาอื่น ๆ	- การระคายเคืองต่อดวงตา - ผิวหนังอักเสบและแผลไหม้ - คลื่นไส้และอาเจียน - ระคายเคืองคอและปาก

ผลการใช้บุหรี่ไฟฟ้าพบว่าทำให้เกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ที่รุนแรงตามมามากมาย และล่าสุด คือ **โรคอีวารี (EVALI: E-cigarette, or Vaping, product use Associated Lung Injury)**

โรคอีวารี (EVALI) (4) คือ การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นใหม่และได้รับการบัญญัติศัพท์ใหม่ โดยศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคสหรัฐอเมริกา (Center of Disease Control: CDC) เป็นกลุ่มอาการเจ็บป่วยทางปอด เกิดขึ้นอย่างเฉียบพลัน มีอาการตั้งแต่หายใจสั้น ๆ จนถึงไข้สูงอย่างรวดเร็ว พบผู้ป่วยมีปัจจัยตรงกัน คือ การสูบบุหรี่ไฟฟ้า

นอกจากนี้ไอระเหยของบุหรี่ไฟฟ้า ยังมี **อนุภาคโลหะ (Trace metals)** (5) เช่น นิกเกิล โครเมียม แคดเมียม ดีบุก อลูมิเนียม และตะกั่ว ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของผู้เสบบุหรี่ไฟฟ้ามากมาย ไม่ว่าจะเป็น หลอดลมอักเสบ หืดหอบ โรคปอดอักเสบ มะเร็ง พิษต่อตับ ภาวะโลหิตจางที่เกิดจากการแตกทำลายของเม็ดเลือดแดง ภูมิแพ้ทางผิวหนัง ผลต่อระบบประสาทและสมอง การลดการทำงานของไต และผลกระทบต่อสุขภาพช่องปาก

โดย**ผลเสียต่อสุขภาพช่องปาก** (6) จะพบความเสี่ยงต่อการเกิดโรคและภาวะต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น มะเร็งช่องปาก ฝ้าขาวในช่องปาก โรคปริทันต์อักเสบ แผลในช่องปากหายช้า เหงือกเปลี่ยนสี เชื้อราในช่องปาก ปากอักเสบเหตุนิโคติน โรคเหงือกอักเสบเนื้อตายชนิดเฉียบพลัน ส่งผลต่อความสวยงาม ส่งผลต่อการรับรส และการมีกลิ่นปาก เป็นต้น

นอกจากนี้ยังมี **ความเชื่อหรือความเข้าใจเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า** (7, 8) บางอย่างซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อทัศนคติเลือกเสพ โดยขอแสดงควบคู่ไปกับหลักฐานทางวิชาการ ดังนี้

ความเชื่อหรือความเข้าใจ	หลักฐานเชิงวิชาการ
บุหรี่ไฟฟ้าแค้มักกลิ่นที่หอม	กลิ่นจากไอบุหรี่ไฟฟ้า ประกอบด้วยสารเคมีที่เป็นอันตรายทำลายปอด ทำให้เกิด “ปอดข้าวโพดคั่ว (Popcorn Lung)” ซึ่งรักษาไม่หาย “ปอดข้าวโพดคั่ว (Popcorn Lung)” คือ - ภาพปอดมีความทึบมากกว่าอากาศในปอด แต่ไม่มีการติดเชื้อ - เป็นการอักเสบของหลอดลม มีการทำลายเนื้อเยื่อปอดในทางเดินหายใจที่เล็กสุด - เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการไอ และหายใจลำบาก - เกิดจากสาร Diacetyl ที่ใช้แต่งกลิ่นรสให้กับข้าวโพดที่อบใน Microwave เมื่อนำมาแต่งกลิ่นรสให้กับบุหรี่ไฟฟ้า ก่อให้เกิดอันตรายต่อเนื้อเยื่อปอด

ความเชื่อหรือความเข้าใจ	หลักฐานเชิงวิชาการ
บุหรี่ไฟฟ้าเป็นแค่ไอน้ำ	- ไอของบุหรี่ไฟฟ้าไม่ใช่ไอน้ำ - ไอระเหยของบุหรี่ไฟฟ้าทำให้ปอดของผู้เสพ สัมผัสกับ ● สารเคมีที่เป็นอันตราย: ฟอรัมาลดีไฮด์ ไดอะซีติล อะโครลีน ● อนุภาคโลหะที่เป็นพิษ: นิกเกิล ดีบุก ตะกั่ว ● สารก่อมะเร็ง: ไดเอทิลีนไกลคอล กลีเซอรอล
บุหรี่ไฟฟ้าช่วยลดการสูบบุหรี่ได้หรือไม่	- องค์การอนามัยโลก (WHO report on the global tobacco epidemic 2019: Offer help to quit tobacco use) ระบุว่า “มีความเชื่อมั่นต่ำในการใช้ผลิตภัณฑ์นี้เพื่อการเลิกบุหรี่และยังขาดความชัดเจนของผลการศึกษา” - พ.ศ.2551 องค์การอนามัยโลก ประกาศว่า “บุหรี่ไฟฟ้าไม่ใช่อุปกรณ์หรือเครื่องมือสำหรับการเลิกบุหรี่”

จากสถานการณ์การสูบบุหรี่ที่มีมาอย่างยาวนาน มีหลักฐานอ้างอิงมากมายที่แสดงให้เห็นถึงผลกระทบต่อสุขภาพ ทั่วโลกจึงมีการรณรงค์ให้เลิกสูบบุหรี่

“บุหรี่ไฟฟ้า” จึงเกิดขึ้น ด้วยแนวคิดเพื่อทดแทนการสูบบุหรี่ธรรมดา โดยทำให้เชื่อว่าเป็นอันตรายต่อสุขภาพ เพราะไม่มีใบยาสูบและไม่มีการเผาไหม้ สามารถใช้ทดแทนการเลิกสูบบุหรี่ธรรมดาได้ แต่จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่า **“บุหรี่ไฟฟ้า” ส่งผลเสียต่อสุขภาพและช่องปากมากมาย** ไม่น้อยไปกว่าการสูบบุหรี่ธรรมดา ดังนั้นทุกคนจึงควรมีความรู้เท่าทันพิษภัยของบุหรี่ไฟฟ้า และช่วยกันรณรงค์เพื่อยับยั้งการเสพทั้งจากนักเสพหน้าใหม่และรายเก่า เพื่อให้ทุกคนปลอดภัยและมีสุขภาพที่ดีห่างไกลภัยจากบุหรืนั่นเอง

เอกสารอ้างอิง

1. Dawkins L, Turner J, Roberts A, K S. 'Vaping' profiles and preferences: an online survey of electronic cigarette users. *Addiction*. 2013;108(1360-0443 (Electronic)):1115-25.
2. สมนึก สกุลหงส์โสภณ. โรคระบาดใหม่จากบุหรี่ไฟฟ้า. ก้าวทันวิจัยกับศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย). 2563;12(1):7-11.
3. Qasim H, Karim ZA, Rivera JO, Khasawneh FT, Alshbool FZ. Impact of electronic cigarettes on the cardiovascular system. *Journal of the American Heart Association*. 2017;6(2047-9980 (Electronic)): <https://www.ahajournals.org/doi/epub/10.1161/JAHA.117.006353>.
4. Centers for Disease Control and Prevention. U.S. Department of Health & Human Services. Smoking & tobacco use: Outbreak of lung injury associated with E-cigarette use, or vaping. [December 5, 2021]. Available from: https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html.
5. Gaur S, Agnihotri R. Health effects of trace metals in electronic cigarette aerosols-a systematic review. *Biological Trace Element Research*. 2019;188(1559-0720 (Electronic)):295-315.
6. Alberta Dental Association and College. Counselling patients who smoke: A guide for dentists. In: College ADAa, editor. Edmonton, Alberta: Pioneer Press.
7. Centers for Disease Control and Prevention. U.S. Department of Health & Human Services. Smoking & tobacco use: Quick facts on the risks of E-cigarettes for kids, teens, and young adults [December 5, 2021]. Available from: https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html.
8. World Health Organization. Marketers of electronic cigarettes should halt unproved therapy claims.