

## ผลเสียที่คุณสูบบุหรี่ในบ้าน

- คนที่อยู่ในบ้านโดยเฉพาะลูกจะได้รับอันตรายจากควันบุหรี่มือสอง
- เพิ่มโอกาสที่ลูกจะกลายเป็นคนติดยา
- คนในครอบครัวโดยเฉพาะลูกคุณ จะเป็นห่วงคุณทุกครั้ง ที่เห็นคุณสูบบุหรี่
- คุณจะเพิ่มโอกาสสูบบุหรี่มากขึ้น
- คุณจะเลิกสูบบุหรี่ได้ยากขึ้น

## สิ่งดี ๆ เมื่อบ้านคุณปลอดบุหรี่

- อากาศในบ้านคุณจะสดชื่น เพราะไม่มีกลิ่นควันบุหรี่รบกวน
- คุณไม่ต้องกังวลว่าคนในบ้านจะได้รับอันตรายจากควันบุหรี่
- ลดโอกาสที่ลูกของคุณจะกลายเป็นคนสูบบุหรี่
- คุณไม่ต้องเสียเวลา กำลังงาน เงินทอง ในการกำจัด สิ่งที่ไม่น่าดู เพราะบุหรี่ทำไว้ เช่น รอยบุหรี่บนโซฟา บนพรม ผ้าม่านที่เหม็นควันบุหรี่ และกันบุหรี่ตามที่ต่าง ๆ
- ไม่สูบบุหรี่ในบ้าน ทำให้คุณสูบบุหรี่น้อยลง และเลิกสูบบุหรี่ได้ง่ายขึ้น



## “วัณโรค” รู้เร็ว รักษาหาย ไม่แพร่กระจาย



## อาการที่ต้องสงสัยว่าอาจเป็นวัณโรค

1. ไอเกิน 2 สัปดาห์
2. ไอเสมหะมีเลือด
3. มีไข้ต่ำๆ / เหงื่อออกกลางคืน
4. น้ำหนักลด/อ่อนเพลีย/เหนื่อยง่าย
5. เจ็บหน้าอกขณะหายใจหรือไอ
6. เบื่ออาหาร

## ข้อมูลต้องรู้... การสูบบุหรี่ / บุหรี่ไฟฟ้า



การสูบบุหรี่ / บุหรี่ไฟฟ้า หรือการได้รับควันบุหรี่มือสอง  
เพิ่มความเสี่ยงของการติดเชื้อและเป็นวัณโรค  
เพิ่มความเสี่ยงที่วัณโรคจะกลับเป็นใหม่  
และจะเสียชีวิตจากวัณโรค

อ้างอิง :

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43812/9789241596220\\_eng.pdf;jsessionid=62430C8D058B1A8B1A255F023A868A10?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43812/9789241596220_eng.pdf;jsessionid=62430C8D058B1A8B1A255F023A868A10?sequence=1)

ฉบับปรับปรุงแผนรณรงค์เลิกสูบบุหรี่ 2565



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (มบน.)

36/2 ถนนรัชดาภิเษก 10 แขวงรัชดาภิเษก เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10400  
โทร. 0-2278-1828 โทรสาร 0-2278-1830 E-mail: info@antitobacco.or.th  
www.antitobacco.or.th ab: www.facebook.com/antitobacco.or.th

