



SỞ Y TẾ TỈNH QUẢNG NGÃI  
TRUNG TÂM Y TẾ HUYỆN BÌNH SƠN

**TRUYỀN THÔNG  
PHÒNG, CHỐNG TÁC HẠI  
HÚT THUỐC LÁ**

Tháng 11 năm 2023

# Tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động

# Nội dung trình bày

- Phần 1: Các loại thuốc lá
- Phần 2: Thành phần độc tính của khói thuốc
- Phần 3: Nguy cơ bệnh tật của thuốc lá
- Phần 4: Tác hại của hút thuốc lá thụ động
- Phần 5: Tình hình sử dụng thuốc lá và gánh nặng kinh tế

Sản phẩm tiêu dùng  
hợp pháp duy nhất  
gây chết sớm cho một  
nửa số người sử dụng



# Phần 1

## Các loại thuốc lá

# Thuốc lá có khói

# Thuốc lá không khói

## *Thuốc lá điếu bao gồm:*

- Thuốc lá sản xuất công nghiệp
- Thuốc lá cuộn bằng tay:
  - + Dùng lá để cuộn
  - + Dùng giấy để cuộn

## *Những loại thuốc lá có khói khác:*

- Hút bằng tẩu
- Xì gà, xì gà mini
- Thuốc lào/bát, điếu/shisha
- **Thuốc lá điện tử**

- Thuốc lá dạng bột

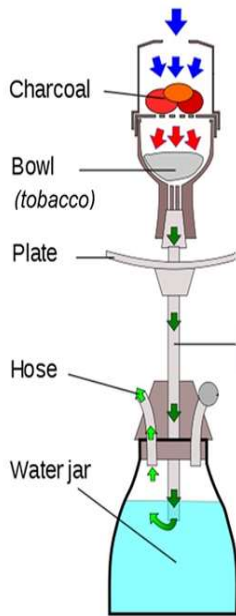
- Thuốc lá nhai: trà thuốc

- Thuốc lá dạng viên để ngậm

# Thuốc lá có khói



Wikimedia Commons / Public Domain



Wikimedia Commons / Public Domain



# Thuốc lá không khói



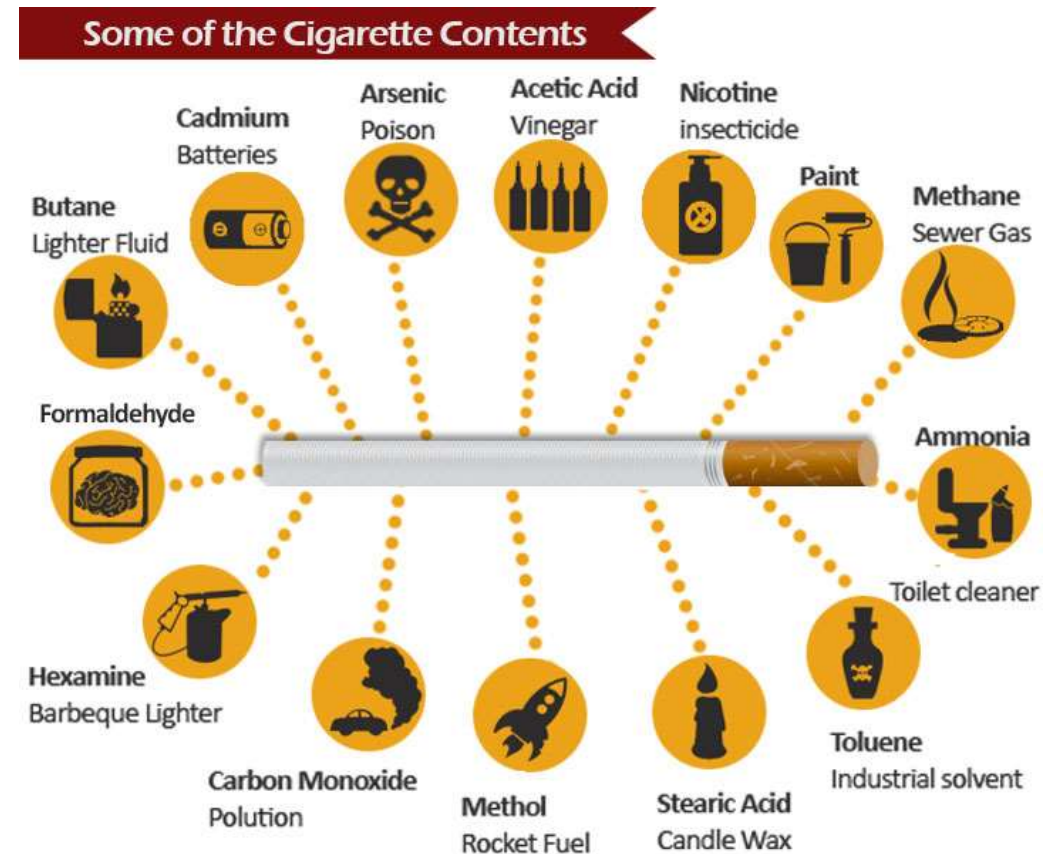


## PHẦN 2

# THÀNH PHẦN ĐỘC TÍNH CỦA KHÓI THUỐC

# THÀNH PHẦN CỦA KHÓI THUỐC

- Chất nhựa hắc ín (Tar)
- 7000 chất độc hoá học
- 69 chất gây ung thư
- Chất phụ gia (Amoniắc)
- Các-bon mô nô-xít (CO)
- Chất Nicotin: một liều thuốc chứa 1-3mg

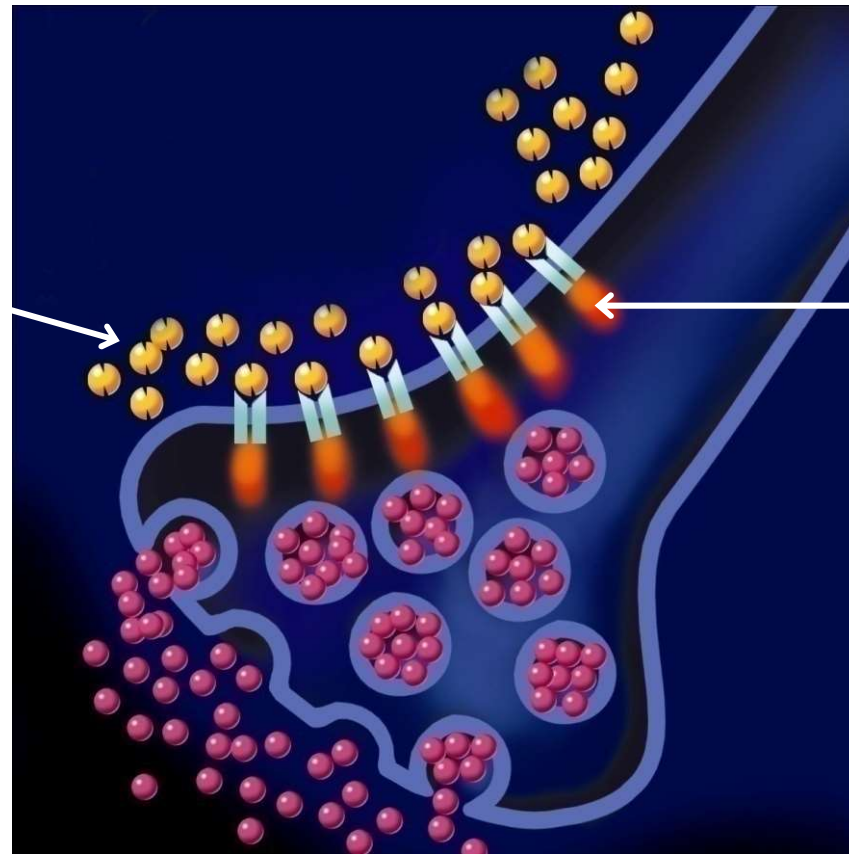


# Nicotin

- FDA xếp Nicotin vào nhóm có tính chất dược lý gây nghiện chủ yếu, tương tự như ma túy Heroin và Cocain, gây nghiện của Nicotin chủ yếu là trên hệ thần kinh trung ương với sự có mặt của các thụ thể Nicotin trên các cấu trúc não.
- Nicotin tác động lên các thụ thể ở hệ thống thần kinh với chất dẫn truyền thần kinh dopamine, một hoá chất chính trong não điều chỉnh mong muốn sử dụng các chất gây nghiện, gây bài tiết adrenaline (nhịp tim nhanh, co mạch ngoại vi, ức chế co bóp và chế tiết dịch vị dạ dày).

# Nicotin

Nicotine



Recepteur  
nicotinique

Neuro-transmetteurs

# Monoxit carbon (khí CO)

- Khí CO có nồng độ cao trong khói thuốc lá và sẽ được hấp thụ vào máu, gắn với hemoglobine với ái lực mạnh hơn 20 lần oxy.
- Với người hút trung bình 1 bao thuốc mỗi ngày thì hàm lượng hemoglobine khử có thể tới 7-8%. Sự tăng hemoglobine khử làm chuyển dịch đường cong phân tách oxy-hemoglobin dẫn đến giảm lượng oxy chuyển đến tổ chức gây thiếu máu tổ chức và góp phần hình thành các mảng xơ vữa động mạch.

# Các phân tử nhỏ trong khói thuốc lá

- Khói thuốc lá chứa nhiều chất kích thích dạng khí hoặc dạng hạt nhỏ.
- Các chất kích thích này gây nên các thay đổi cấu trúc của niêm mạc phế quản dẫn đến tăng sinh các tuyến phế quản, các tế bào tiết nhầy và làm mất các tế bào có lông chuyển. Các thay đổi này làm tăng tiết nhầy và giảm hiệu quả thanh lọc của thảm nhày-lông chuyển. Phần lớn các thay đổi này có thể hồi phục được khi ngừng hút thuốc.

# Các chất gây ung thư

- Trong khói thuốc lá có trên 50 chất trong số đó gồm cả các hợp chất thơm có vòng đóng như Benzopyrene có tính chất gây ung thư.
- Các hoá chất này tác động lên tế bào bề mặt của đường hô hấp gây nên tình trạng viêm mạn tính, phá huỷ tổ chức, biến đổi tế bào dẫn đến dị sản, loạn sản rồi ác tính hoá.

## PHẦN 3

# CÁC NGUY CƠ GÂY BỆNH CỦA KHÓI THUỐC



# HÚT THUỐC VÀ BỆNH HÔ HẤP

## Ảnh hưởng của thuốc lá đến chức năng phổi

- Khi chúng ta hít vào, không khí sẽ vào đường hô hấp trên qua mũi và miệng, nơi không khí được lọc, sưởi ấm và làm ẩm. Không khí hít vào sẽ đi qua khí quản để vào phổi.
- Khi khói thuốc đi vào qua miệng, người hút thuốc đã vô tình bỏ qua cơ chế bảo vệ thứ nhất đó là quá trình lọc ở mũi.

# HÚT THUỐC VÀ BỆNH HÔ HẤP

## Ảnh hưởng của thuốc lá đến chức năng phổi

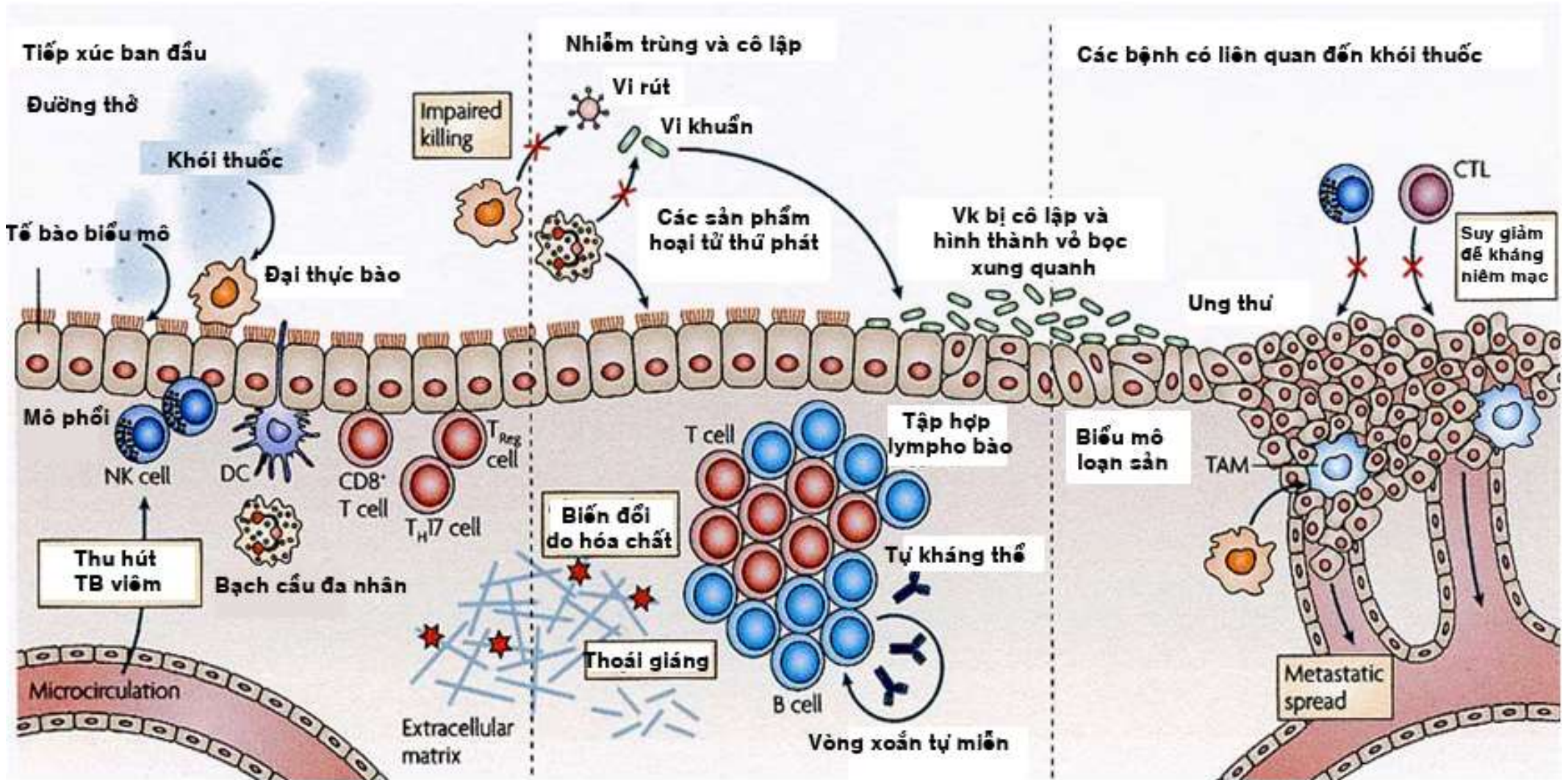
- Những người hút thuốc thường bài tiết nhiều đờm hơn những người không hút thuốc và khả năng đưa đờm ra khỏi đường hô hấp lại kém hơn. Điều này là do hệ thống lông chuyển ở người hút thuốc bị liệt thậm chí bị phá huỷ.
- Khói thuốc làm thay đổi cấu trúc các tuyến tiết nhầy và thành phần của chất nhầy. Đôi khi các tuyến tiết nhầy bị tắc lại làm giảm khả năng bài tiết đờm. Hậu quả là chất nhầy bị nhiễm bởi các chất độc hại, và bị giữ lại nhiều trong tổ chức phổi cản trở sự lưu thông trao đổi khí.

# HÚT THUỐC VÀ BỆNH HÔ HẤP

## Ảnh hưởng của thuốc lá đến chức năng phổi

- Hút thuốc cũng gây ra hiện tượng tăng tính đáp ứng đường thở. Do ảnh hưởng của các chất độc hại trong khói thuốc, đường thở dễ bị co thắt. Khi điều này xảy ra thì luồng khí hít vào và thở ra đều bị cản trở ở người hút thuốc, và do đó hình thành các tiếng ran rít, ran ngáy và có thể bị khó thở.
- Những người hút thuốc ở tuổi càng trẻ thì thời gian hút để gây ra bệnh liên quan đến đường hô hấp càng ngắn so với những người bắt đầu hút ở tuổi muộn hơn.

# Hút thuốc và hệ thống miễn dịch trong phổi



# HÚT THUỐC VÀ BỆNH HÔ HẤP

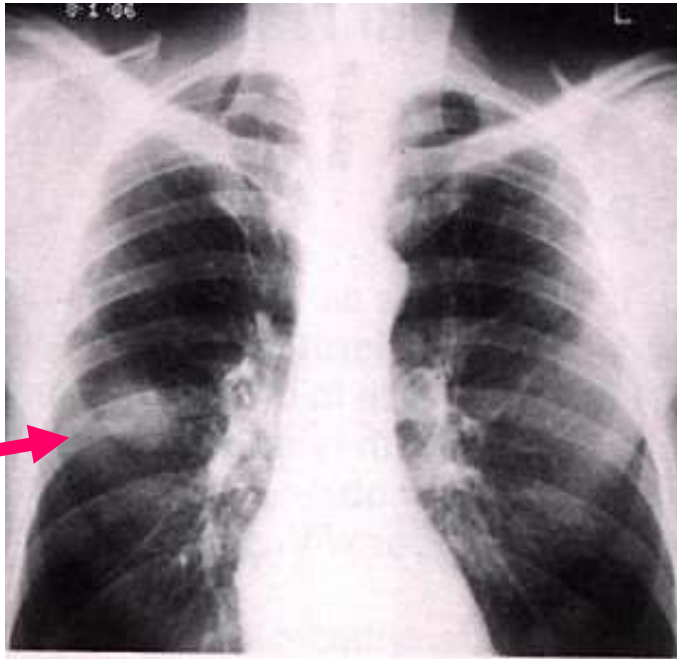
- Tăng nhiễm virus
- Tăng nhiễm vi khuẩn thường
- Tăng lao phổi
- Tăng các bệnh phổi mạn tính

# HÚT THUỐC VÀ BỆNH HÔ HẤP

## Ung thư phổi

- Khoảng 87% trong số 177,000 ca KP mới mắc ở Mỹ năm 1996 là do thuốc lá, còn lại là do các nguyên nhân khác như: ô nhiễm môi trường, bệnh nghề nghiệp, ăn uống, cơ địa và các yếu tố di truyền. 90% trong số 660.000 ca được chẩn đoán ung thư phổi hàng năm trên thế giới là người hút thuốc lá.
- Nguy cơ bị ung thư phổi của những người hút thuốc cao hơn gấp 10 lần so với những người không hút thuốc. Mức độ tăng nguy cơ khác nhau tùy theo loại tế bào ung thư

# HÚT THUỐC GÂY UNG THƯ PHỔI

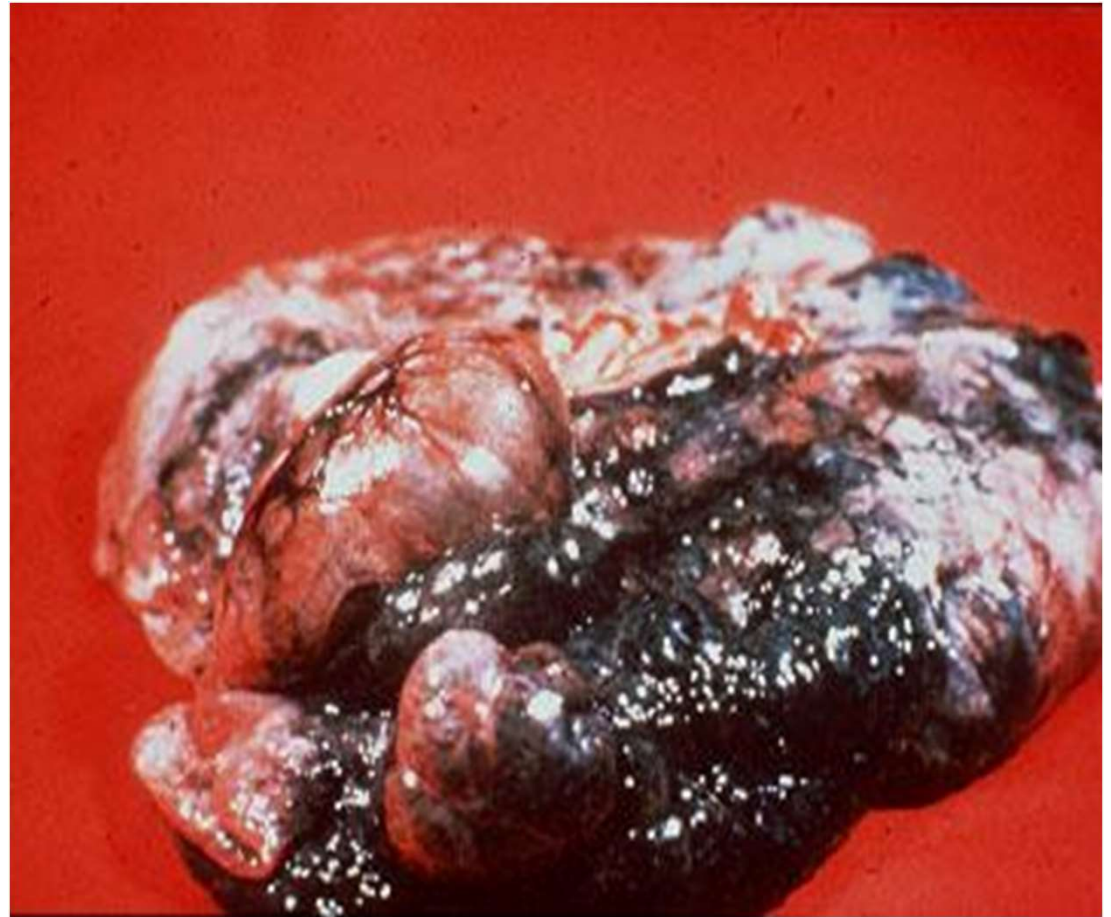
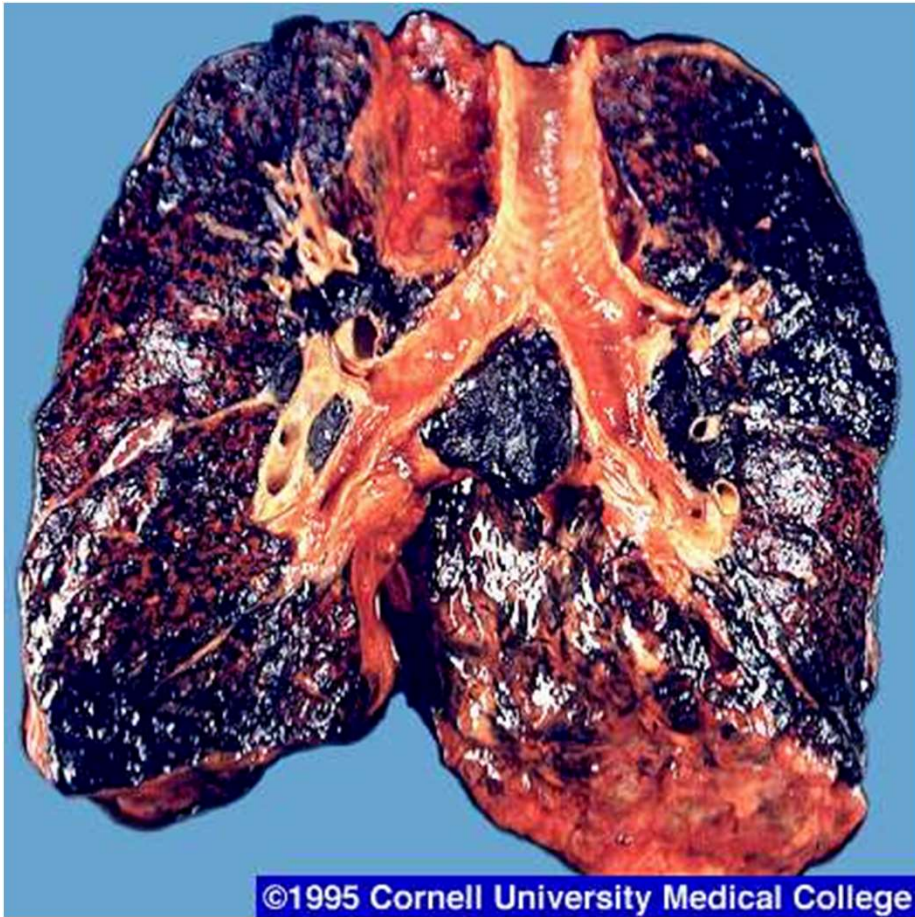


g. 132 Primary bronchial carcinoma:  
cidental finding in a 45-year-old smoker.



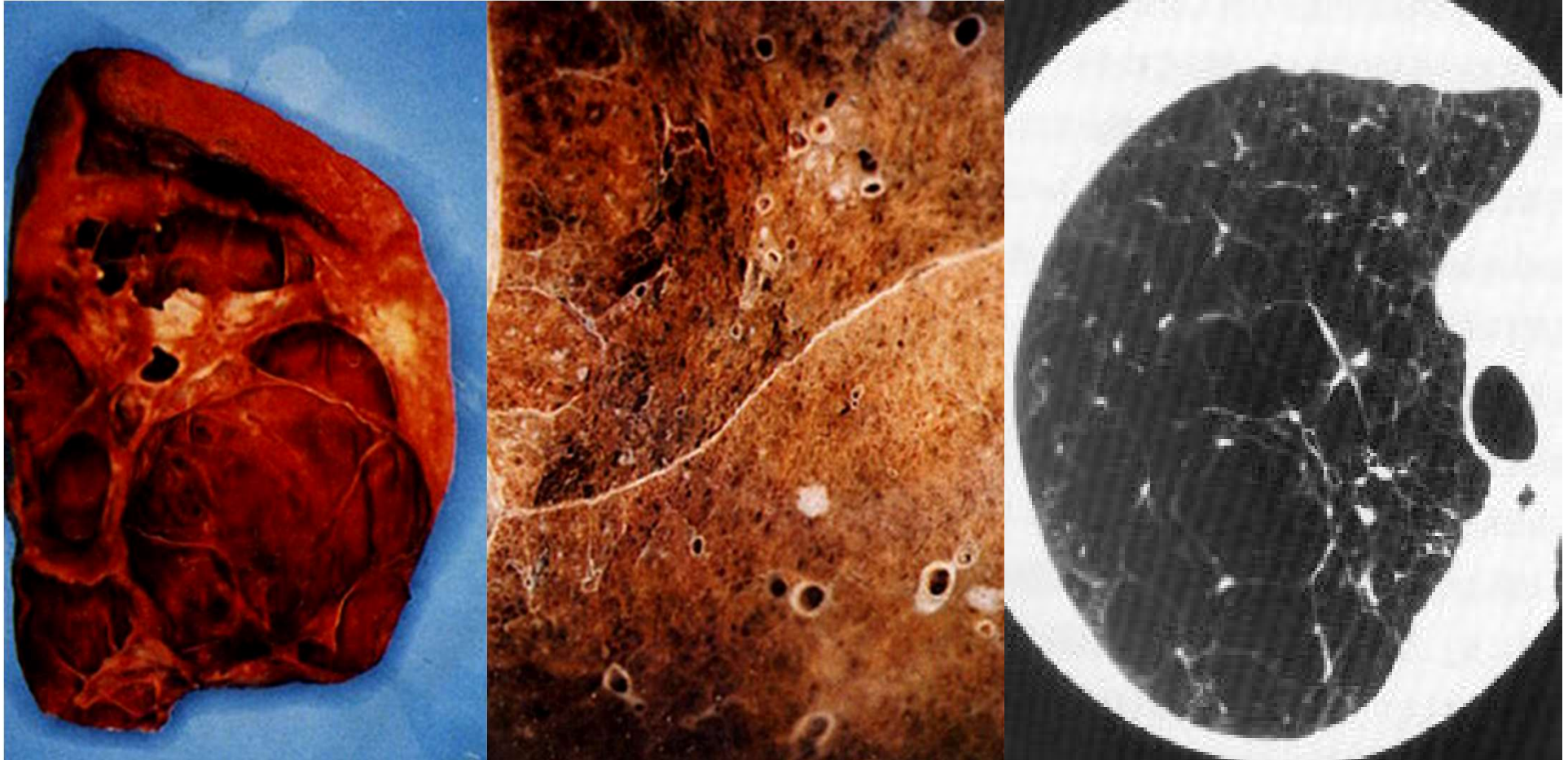
**Hút thuốc lá là nguyên nhân của 90% các ca ung thư phổi**

# HÚT THUỐC GÂY UNG THƯ PHỔI





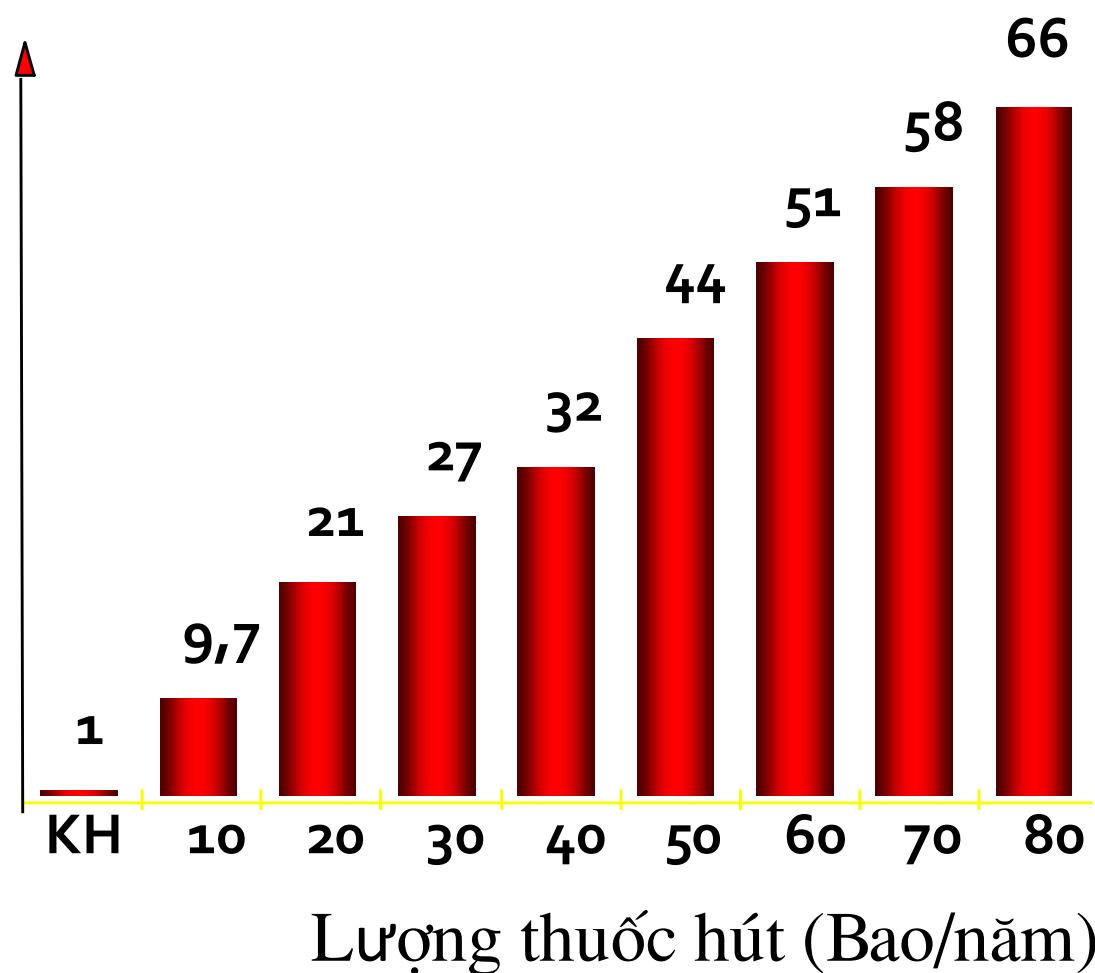
**Hút thuốc lá là nguyên nhân của 75% các ca bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính**



**Gi-n phổi nang**

# Nguy cơ tử vong do COPD

Nếu nguy cơ bị chết vì COPD ở người không hút thuốc là 1 thì nguy cơ này tăng lên 66 lần ở người nghiện nặng



R Doll B med J 1976, 25, 1526-1536

**Người hút thuốc có tỷ lệ ung thư miệng cao gấp 27  
và ung thư thanh quản cao gấp 12 lần người không hút  
thuốc (WHO)**



# HÚT THUỐC VÀ BỆNH TIM MẠCH

- Hút thuốc làm tăng nguy cơ mắc bệnh lên gấp 2-3 lần và nó còn tương tác với các yếu tố khác làm tăng nguy cơ lên gấp nhiều lần.
- Những bệnh mà người hút thuốc có nguy cơ mắc cao là xơ vữa động mạch, bệnh mạch vành, đột quỵ, rối loạn nhịp tim, đột tử, nhồi máu cơ tim, phình động mạch chủ.
- Bệnh mạch vành là phổ biến nhất, ước tính chiếm khoảng hơn một nửa trường hợp tử vong vì bệnh tim do hút thuốc.

# Tai biến mạch não: cao gấp 2- 4 lần



# HÚT THUỐC VÀ BỆNH UNG THƯ

- Thuốc lá gây ra xấp xỉ 90 % tổng số người chết vì ung thư phổi
- hút thuốc lá còn gây ra ung thư ở nhiều các phần khác như họng, thanh quản, thực quản, tuyến tụy, tử cung, cổ tử cung, thận, bàng quang, ruột và trực tràng.
- Tỷ lệ tử vong do các bệnh ung thư khác nhau của người hút thuốc cao gấp hai lần người không hút thuốc
- những người nghiện thuốc nặng có tỷ lệ chết vì ung thư gấp bốn lần so với người không hút

# HÚT THUỐC VÀ BỆNH UNG THƯ



Ung th vú



Ung th cæ tử cung

# HÚT THUỐC VÀ SỨC KHOẺ SINH SẢN

Khói thuốc gây ra rất nhiều tác hại đối với sức khỏe sinh sản của phụ nữ :

- Tỷ lệ sinh đẻ ở phụ nữ hút thuốc thấp hơn khoảng 30% so với phụ nữ không hút thuốc
- Ở những phụ nữ hút thuốc nguy cơ sảy thai cao gấp 1,5 so với những người không hút
- Hạn chế hiệu quả điều trị vô sinh
- Gây mãn kinh sớm
- Đẻ non...



# HÚT THUỐC VÀ SỨC KHOẺ SINH SẢN

Nguy cơ sảy thai ở phụ nữ hút thuốc cao gấp 3 lần so với phụ nữ không hút thuốc

Thai chết lưu



- Giảm cân nặng của trẻ sơ sinh từ 200-400 g



# HÚT THUỐC VÀ RỐI LOẠN TÌNH DỤC Ở NAM GIỚI

- **Hút thuốc gây liệt dương:** Những người hút thuốc có nguy cơ bị liệt dương cao gấp 2 lần, do gây xơ vữa động mạch ở dương vật làm giảm tưới máu (liệt dương do mạch máu)
- **Hút thuốc làm giảm số lượng tinh trùng:** Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng các chất chuyển hoá chính của khói thuốc được tìm thấy trong tinh dịch kìm hãm hệ thống enzym choline acetyltransferase, enzym cần thiết cho tinh trùng có thể hoạt động được.

**Thuốc lá làm giảm  
khả năng tình dục,  
gây bất lực và tăng  
nguy cơ vô sinh ở  
cả 2 giới**

**I & E**  
*impotence & erectile dysfunction*

Merokok  
menyebabkan  
**mati pucuk**  
(impotence &  
erectile dysfunction)

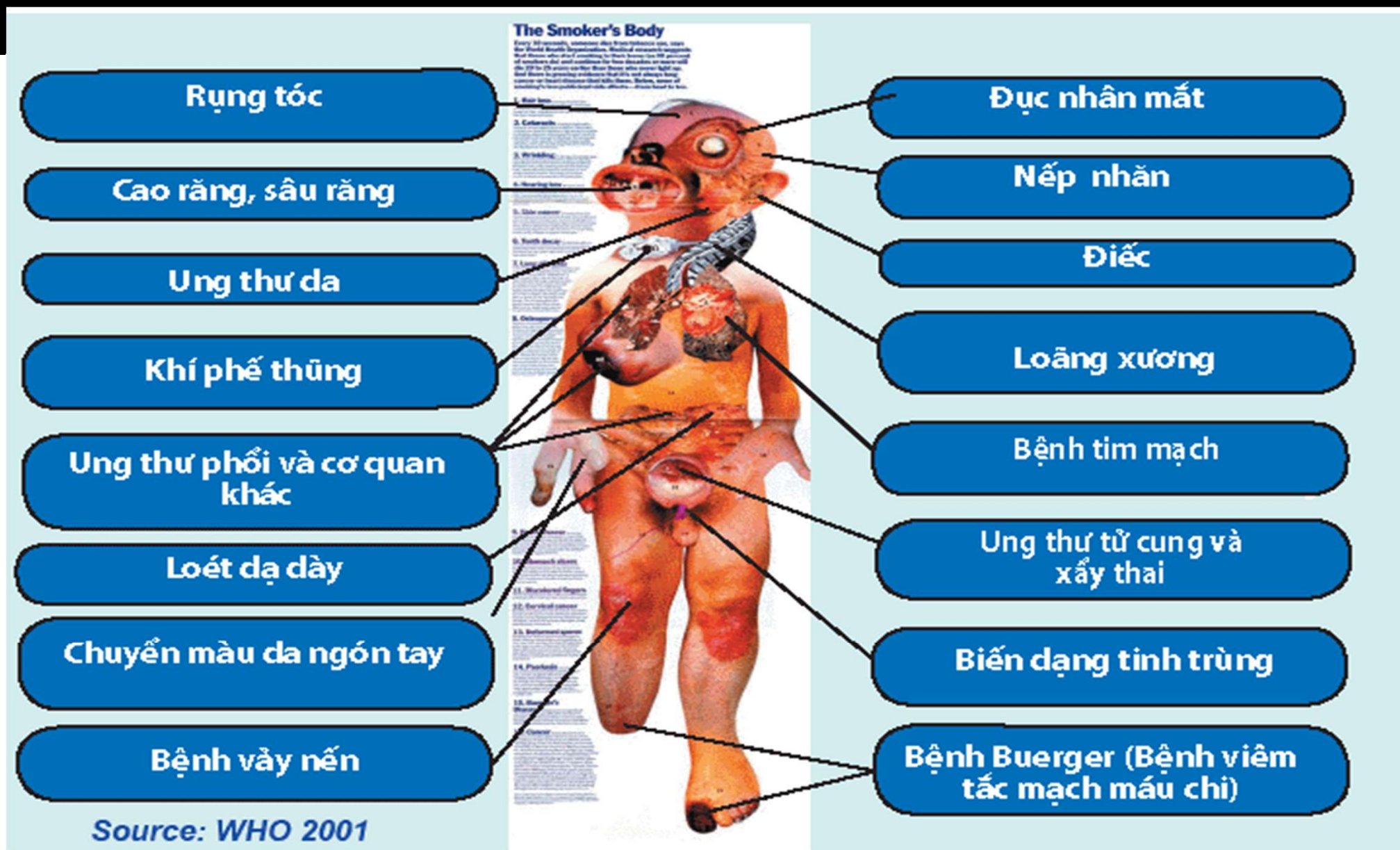
Dapatkan bantuan di **KLINIK QUIT BERHENTI MEROKOK**  
di Hospital & Klinik Kesihatan Kerajaan  
**PESANAN KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA**



Kementerian Kesihatan Malaysia



# CÁC BỆNH DO HÚT THUỐC LÁ



# PHẦN III

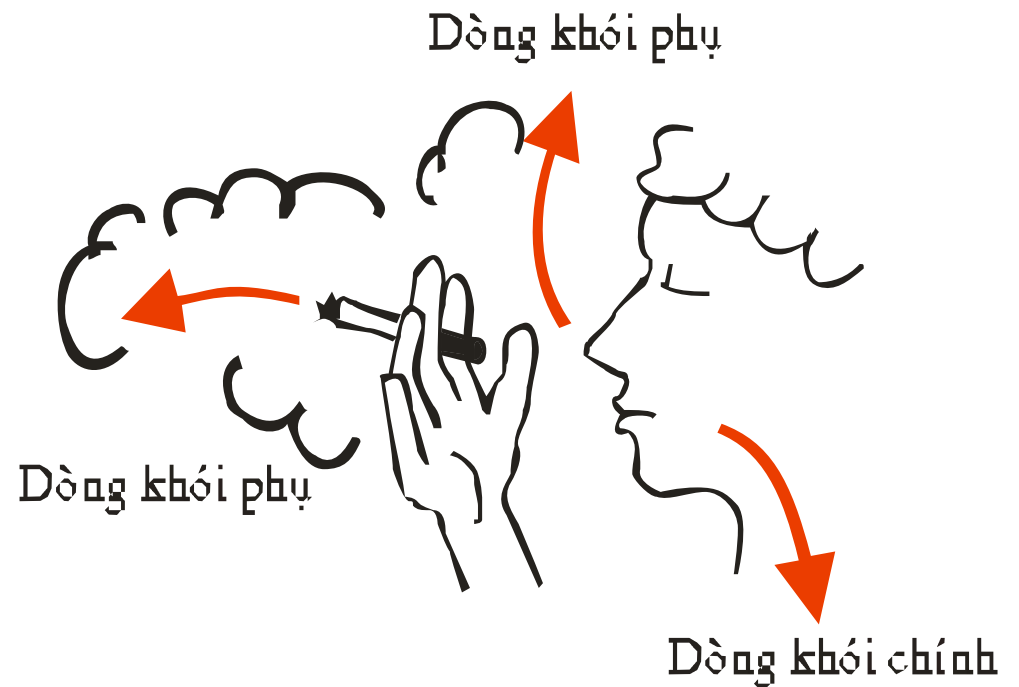
## TÁC HẠI CỦA HÚT THUỐC THỤ ĐỘNG



# Khái niệm

## Hút thuốc thụ động:

Là hít phải khói thuốc trong môi trường không khí, trong đó bao gồm khói thuốc từ đầu điếu thuốc đang cháy và khói thuốc do người hút thuốc thở ra.



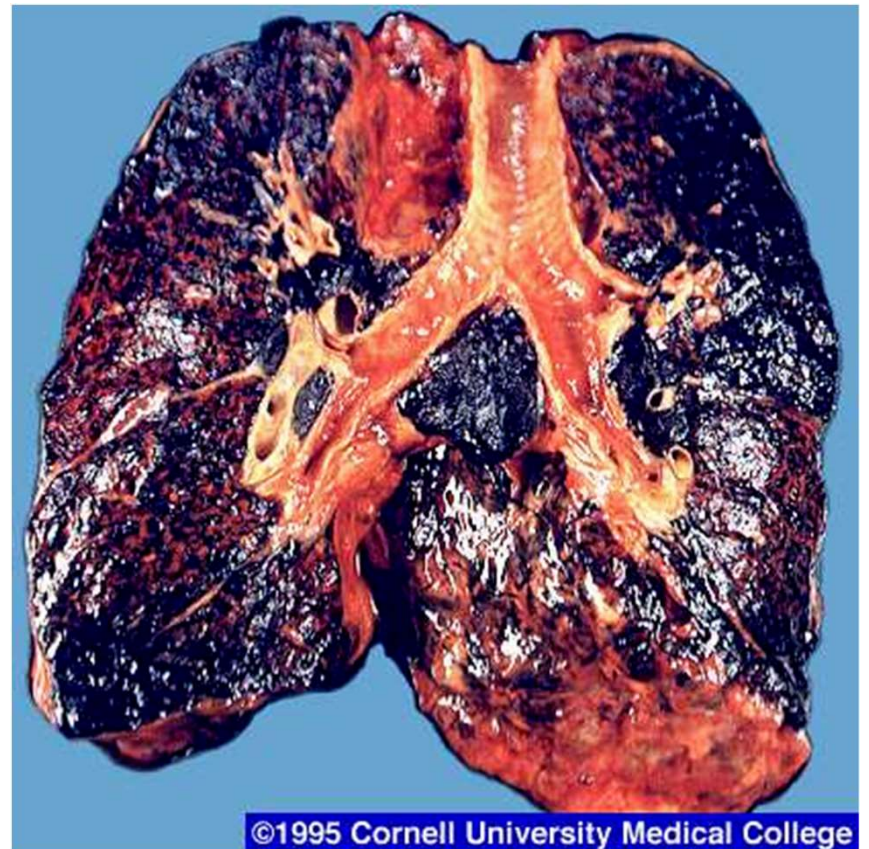
# TÁC HẠI CỦA HÚT THUỐC THỤ ĐỘNG

- Khói toả ra từ đầu điếu thuốc chứa nhiều chất độc cao gấp 21 lần so với khói thuốc thở ra.
- Chính người hút thuốc cũng bị ảnh hưởng nhiều hơn khi hít vào khói thuốc từ đầu thuốc đang cháy toả ra
- Người không hút thuốc nhưng làm việc thường xuyên với trong môi trường có khói thuốc có thể hít vào lượng khói thuốc tương đương với việc hút 5 điếu thuốc một ngày.



# ẢNH HƯỞNG CỦA HÚT THUỐC THỤ ĐỘNG VỚI SỨC KHOẺ

- Làm tăng 20 -30% nguy cơ ung thư phổi cho người hút thuốc thụ động (Surgeon general report, CDC, 2006).
- Ước tính hút thuốc thụ động hàng năm gây ra 3.400 ca tử vong vì ung thư phổi và từ 22.700 đến 69.700 ca tử vong vì bệnh tim ở Mỹ (Cục Bảo vệ môi trường California).



# ẢNH HƯỞNG CỦA HÚT THUỐC THỤ ĐỘNG VỚI SỨC KHOẺ

- Làm tăng 25-30% nguy cơ bệnh tim mạch cho người hút thuốc thụ động.



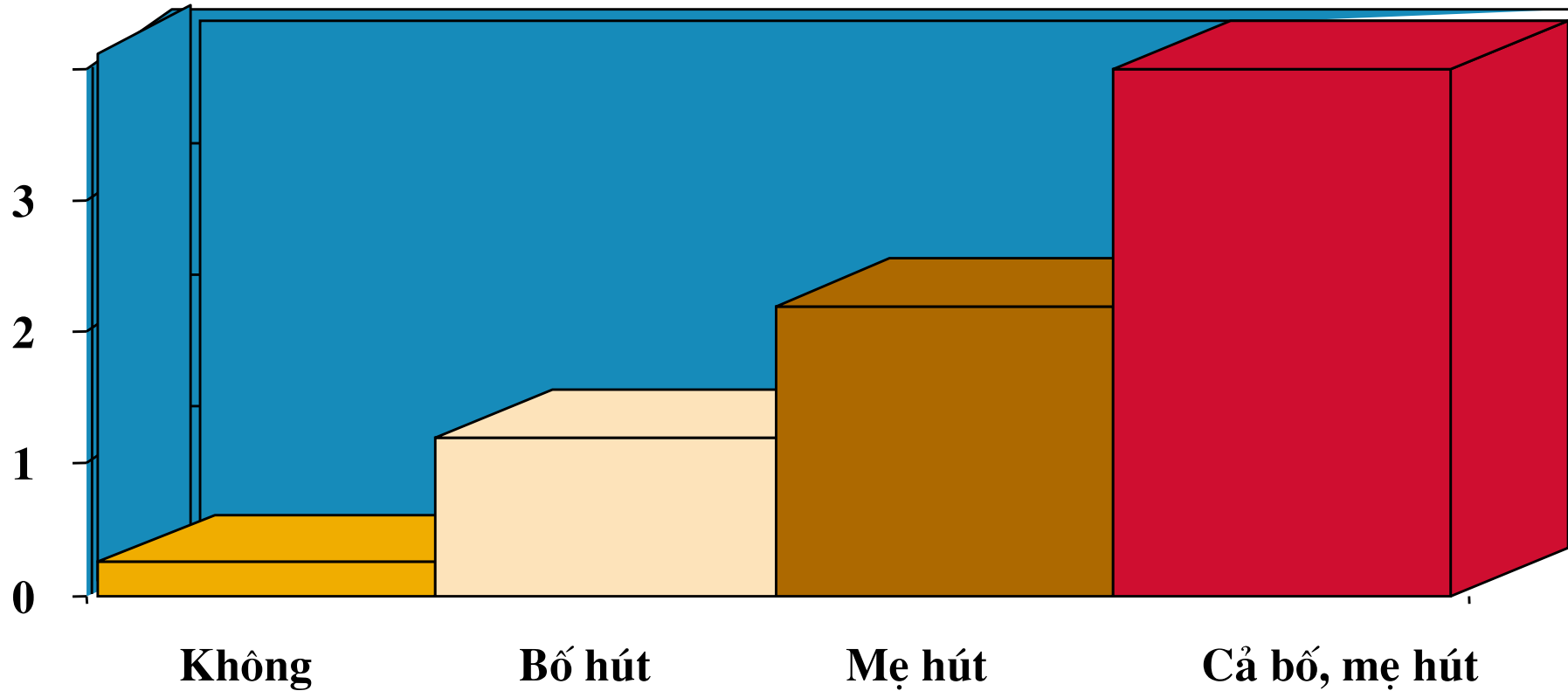
# ẢNH HƯỞNG CỦA HÚT THUỐC THỤ ĐỘNG VỚI BÀ MẸ VÀ TRẺ EM

- Khói thuốc thụ động làm tăng 22% nguy cơ trẻ sinh nhẹ cân (dưới 2500g) (Leonardi-Bee JA et al, 2008).
- Ở trẻ em, hút thuốc thụ động gây viêm đường hô hấp, viêm tai giữa, làm nặng thêm các triệu chứng hen và là một trong những nguyên nhân gây đột tử ở trẻ sơ sinh.



# Bố mẹ hút thuốc ảnh hưởng lên trẻ em

Cotinine ng/ml



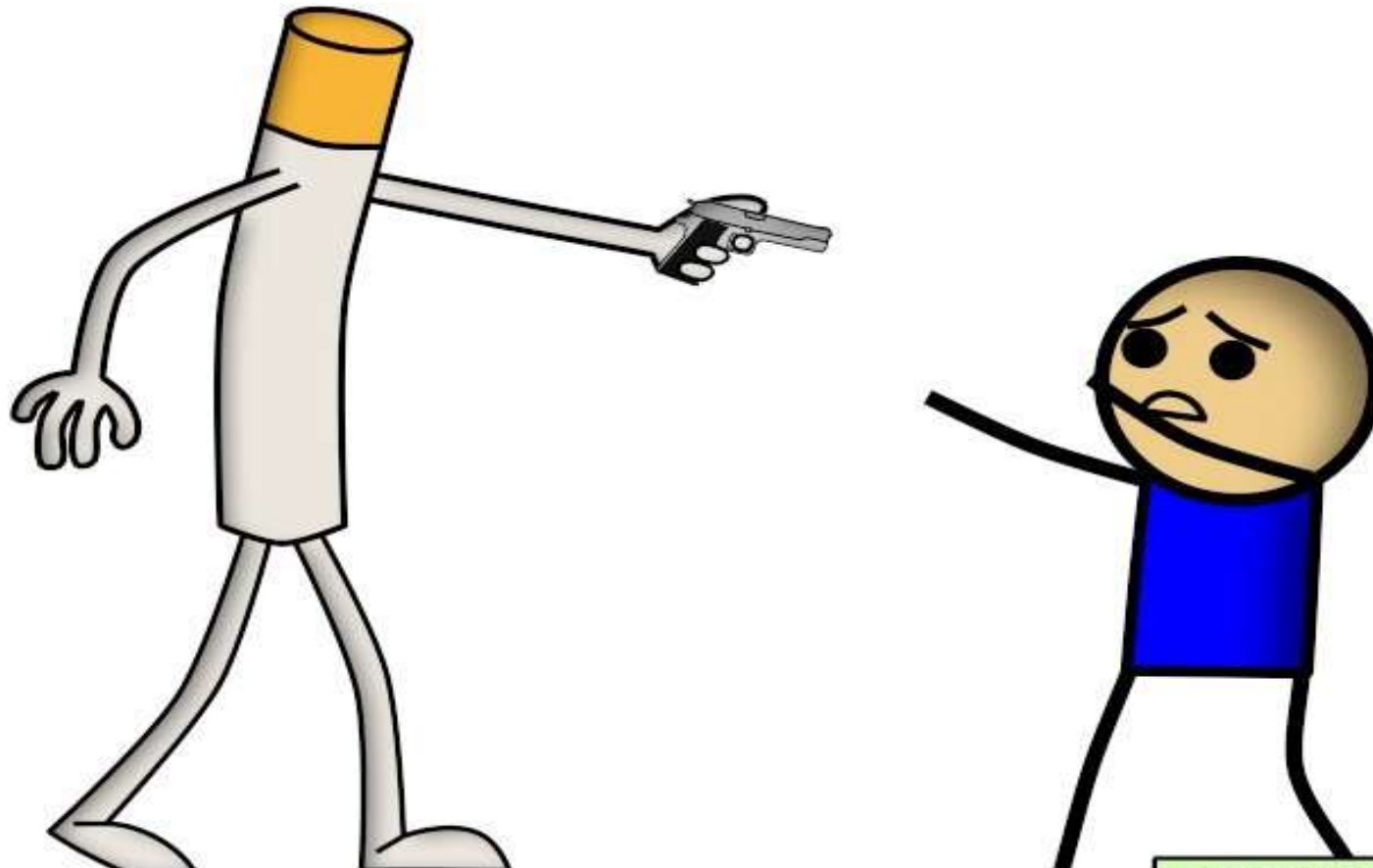
Cotinine ở nước bọt trẻ em và tình trạng hút thuốc của bố mẹ

Cook DG et al. Thorax. 1993 Jan;48(1):14-20. n=2511: 5 –7 tuổi

# Hút thuốc thụ động và nguy cơ ở trẻ em

- Hút thuốc thụ động làm tăng nguy cơ hen
- Mẹ hút: + 72% nguy cơ nhiễm khuẩn hô hấp
- Bố + Mẹ hút: tăng 48% nguy cơ viêm tai giữa tái phát

# SMOKING KILLS



CARTOONZACK

**Xin hãy đừng đốt cuộc đời trẻ thơ!**

# Các bệnh do hút thuốc thụ động

## Trẻ em

Khối u não

Bệnh tai giữa

Bệnh u hạch

Các triệu chứng hô hấp và giảm chức năng phổi

Hen suyễn

Hội chứng đột tử trẻ sơ sinh

Bệnh bạch cầu

Bệnh đường hô hấp dưới

## Người trưởng thành

Đột quỵ

Các triệu chứng kích thích mũi, Ung thư mũi xoang

Ung thư vú

Bệnh động mạch vành

Ung thư phổi

Xơ vữa động mạch

Bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính COPD

Các triệu chứng mãn tính về phổi, Hen suyễn, giảm chức năng phổi

Ảnh hưởng tới khả năng sinh sản của phụ nữ: Trẻ sơ sinh nhẹ cân, Đẻ non

\* Bảng chứng về mối liên hệ nhân quả với bệnh: có tính gợi ý

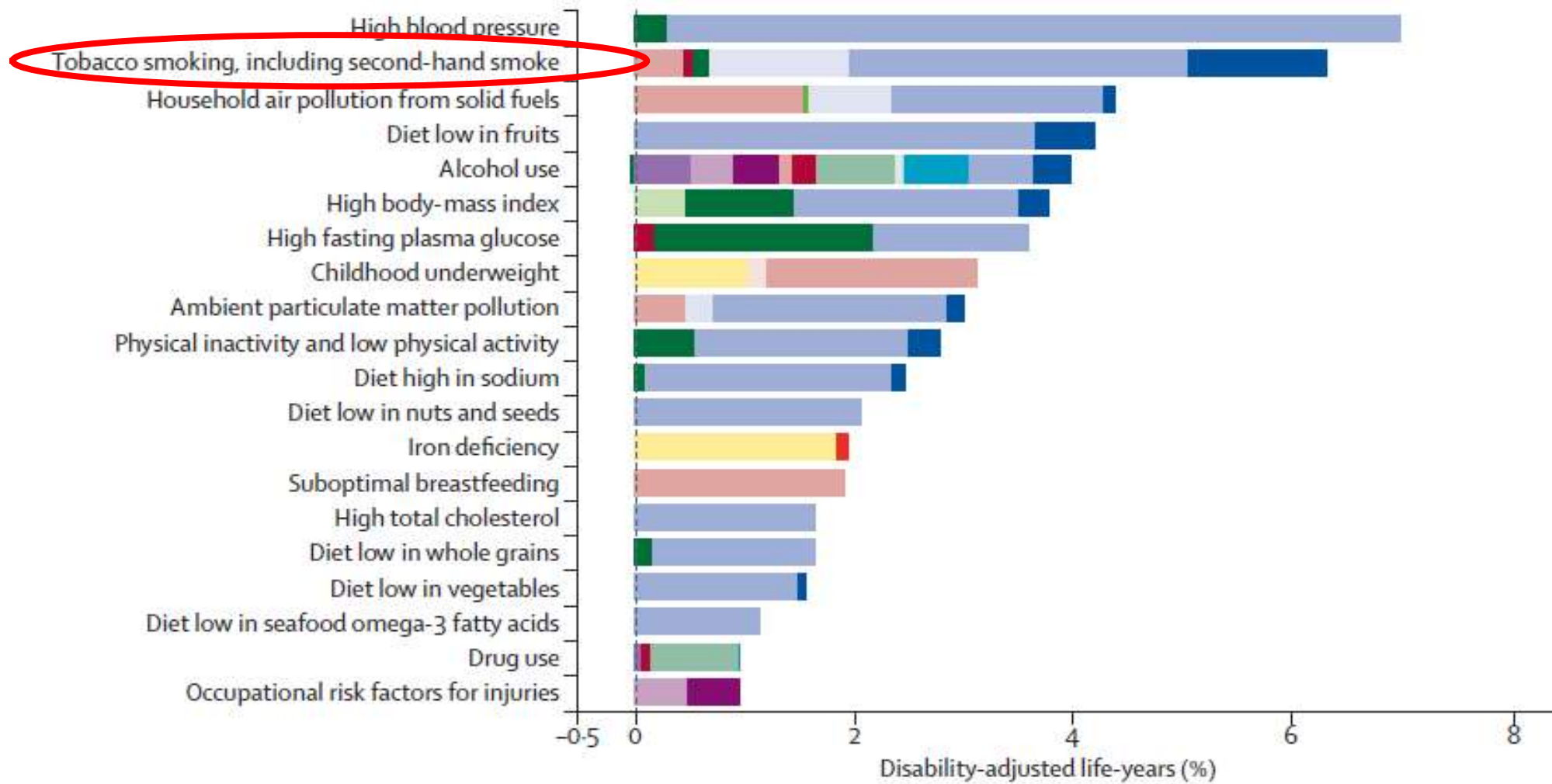
Bảng chứng về mối liên hệ nhân quả với bệnh: đầy đủ

# Phần 5

**Tình hình sử dụng thuốc lá và  
gánh nặng kinh tế**

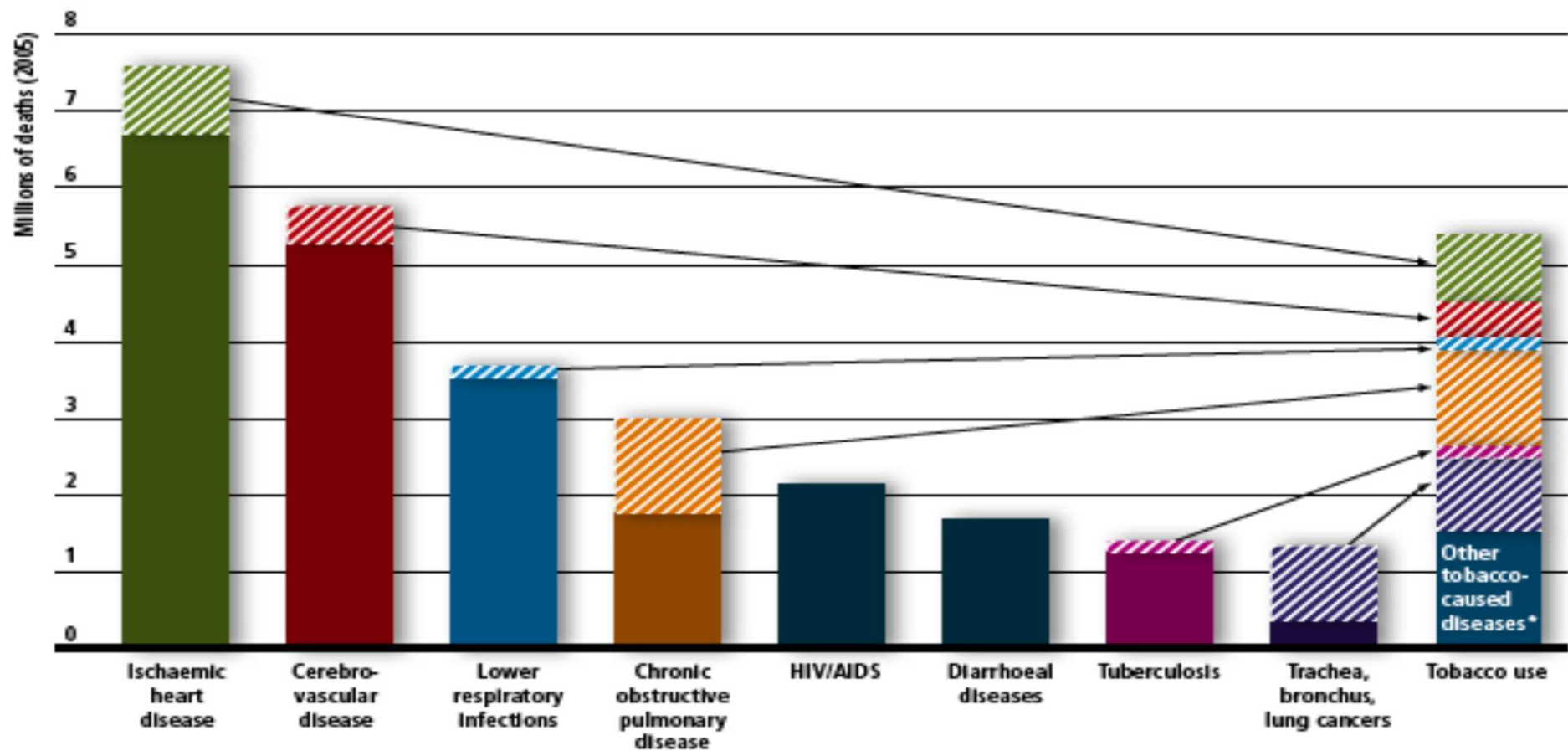


# Hút thuốc lá nguyên nhân gây tử vong thứ 2 trên toàn cầu



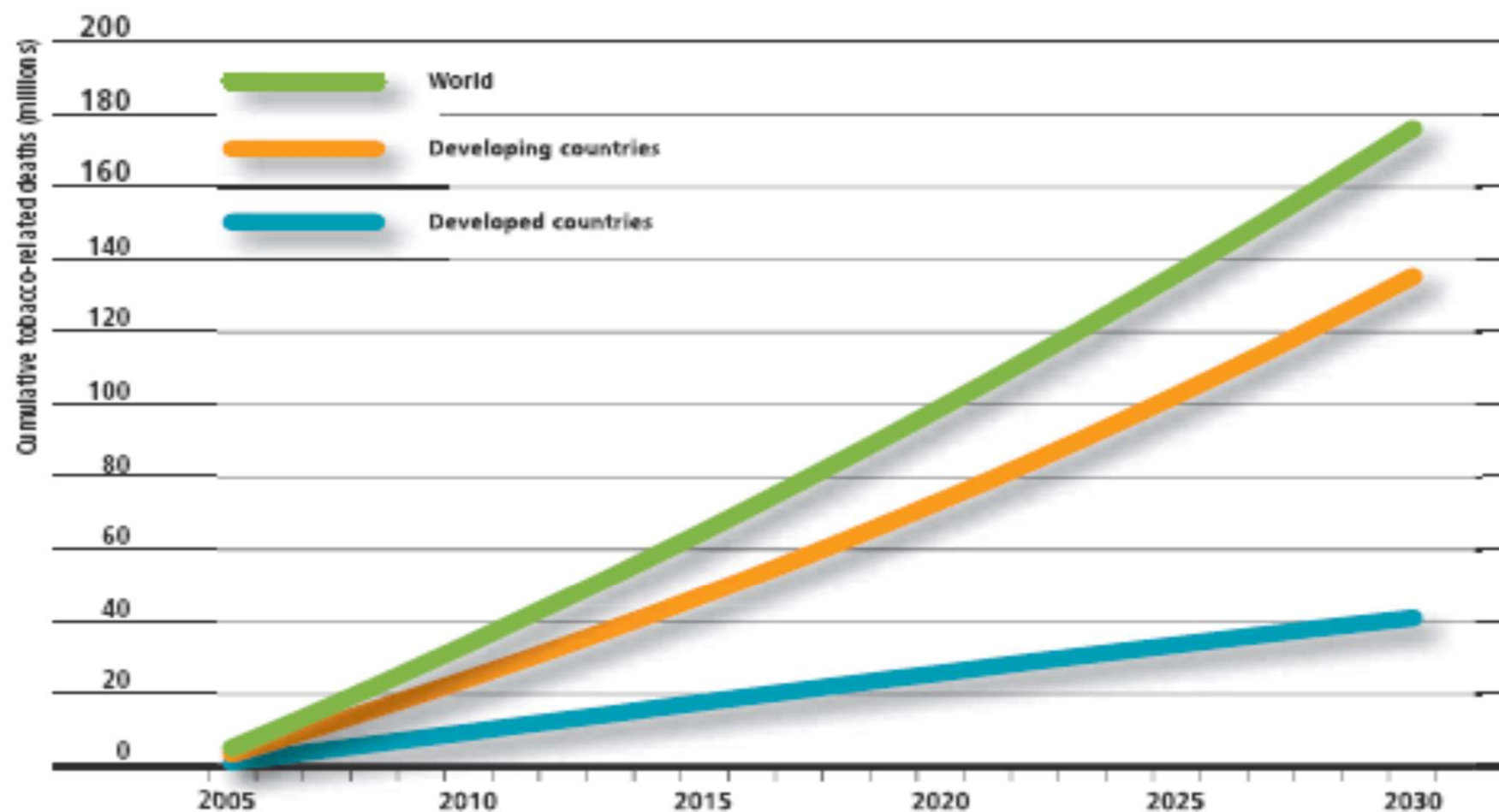
# Tử vong do thuốc lá chiếm 1/10 tổng số tử vong toàn cầu

## TOBACCO USE IS A RISK FACTOR FOR SIX OF THE EIGHT LEADING CAUSES OF DEATH IN THE WORLD



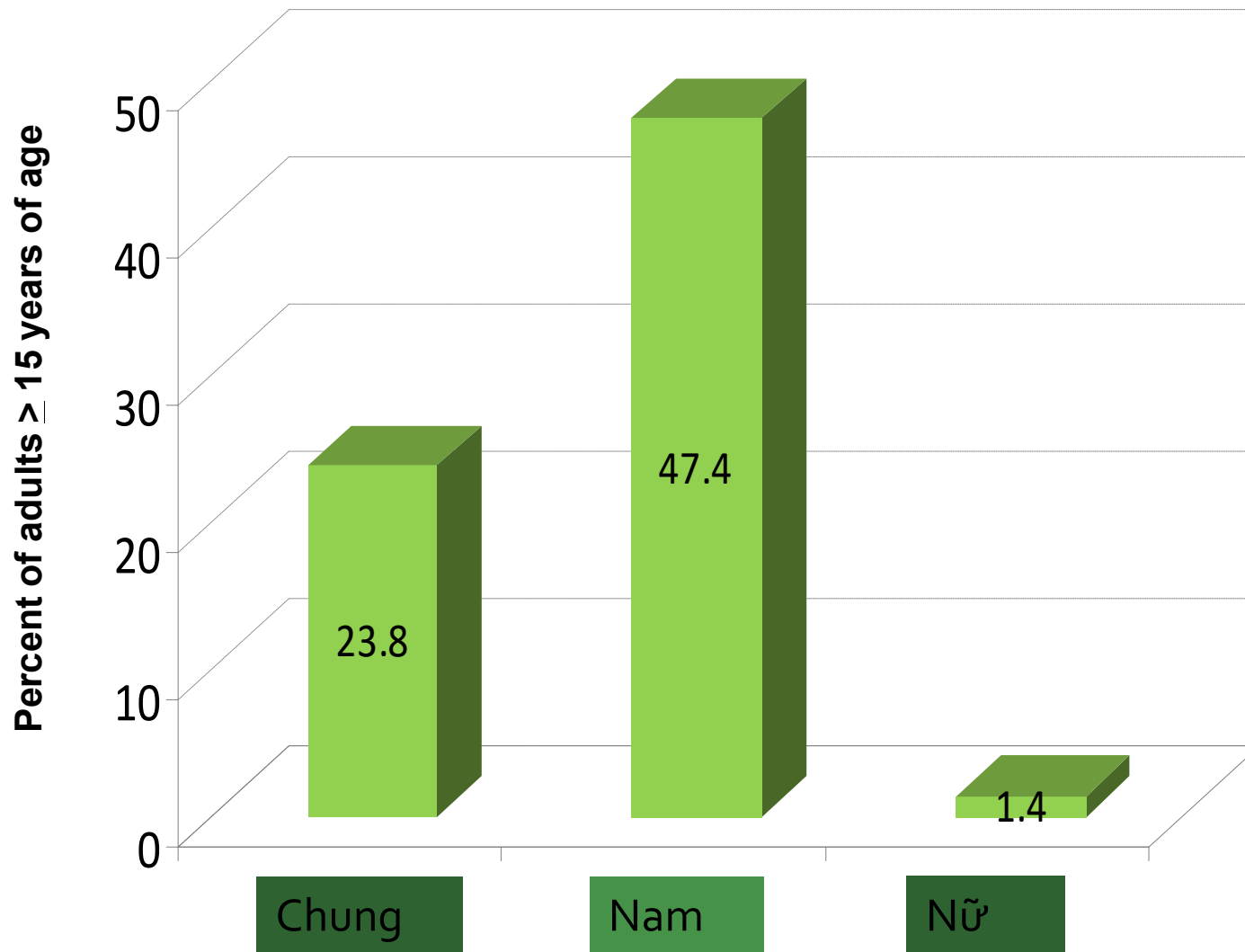
# Tử vong do thuốc lá sẽ tiếp tục tăng nhanh ở các nước đang phát triển

Cumulative tobacco-related deaths, 2005–2030



Source: Mathers CD, Loncar D. Projections of global mortality and burden of disease from 2002 to 2030. *PLoS Medicine*, 2006, 3(11):e442.

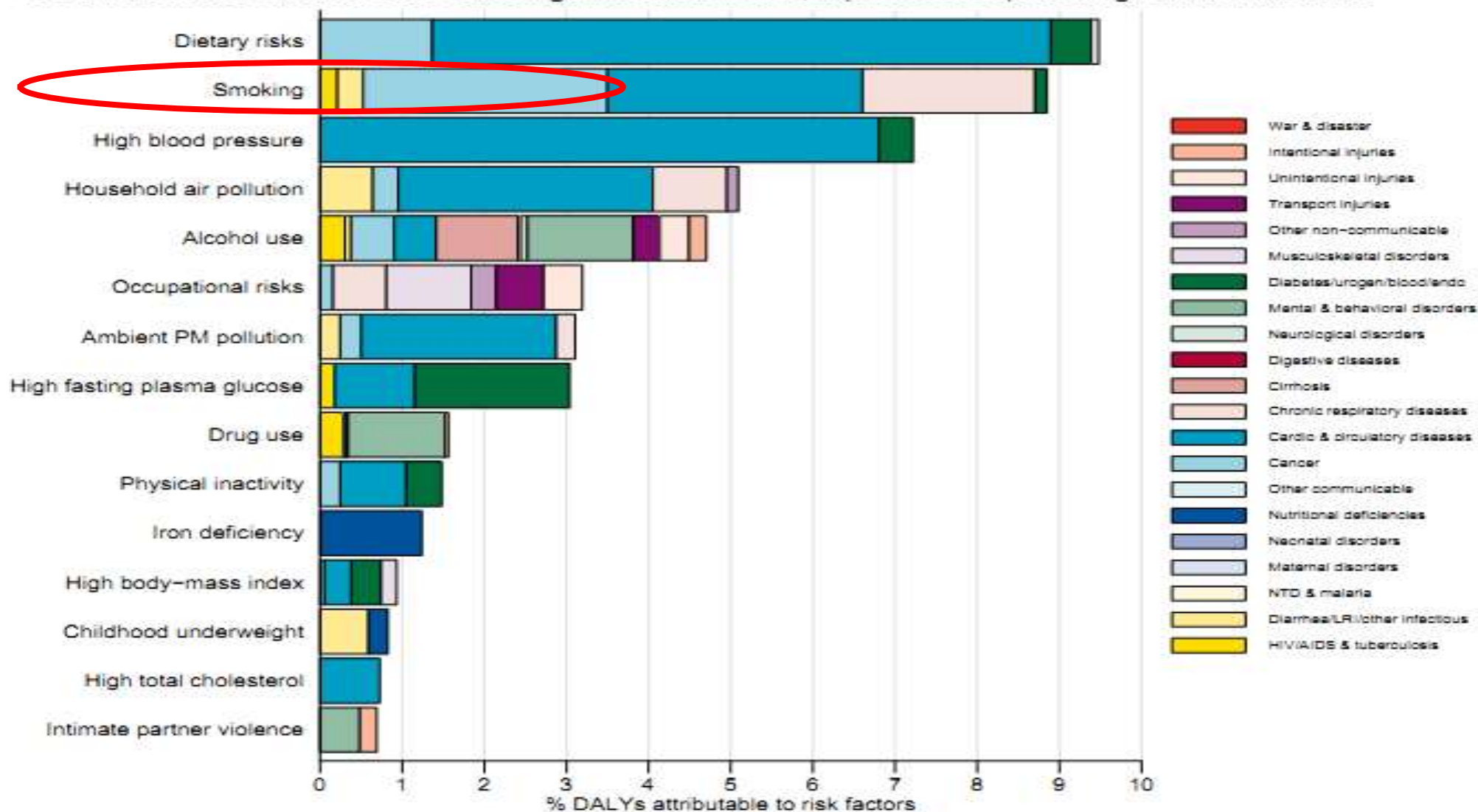
# Tỉ lệ hút thuốc lá rất cao ở nam giới



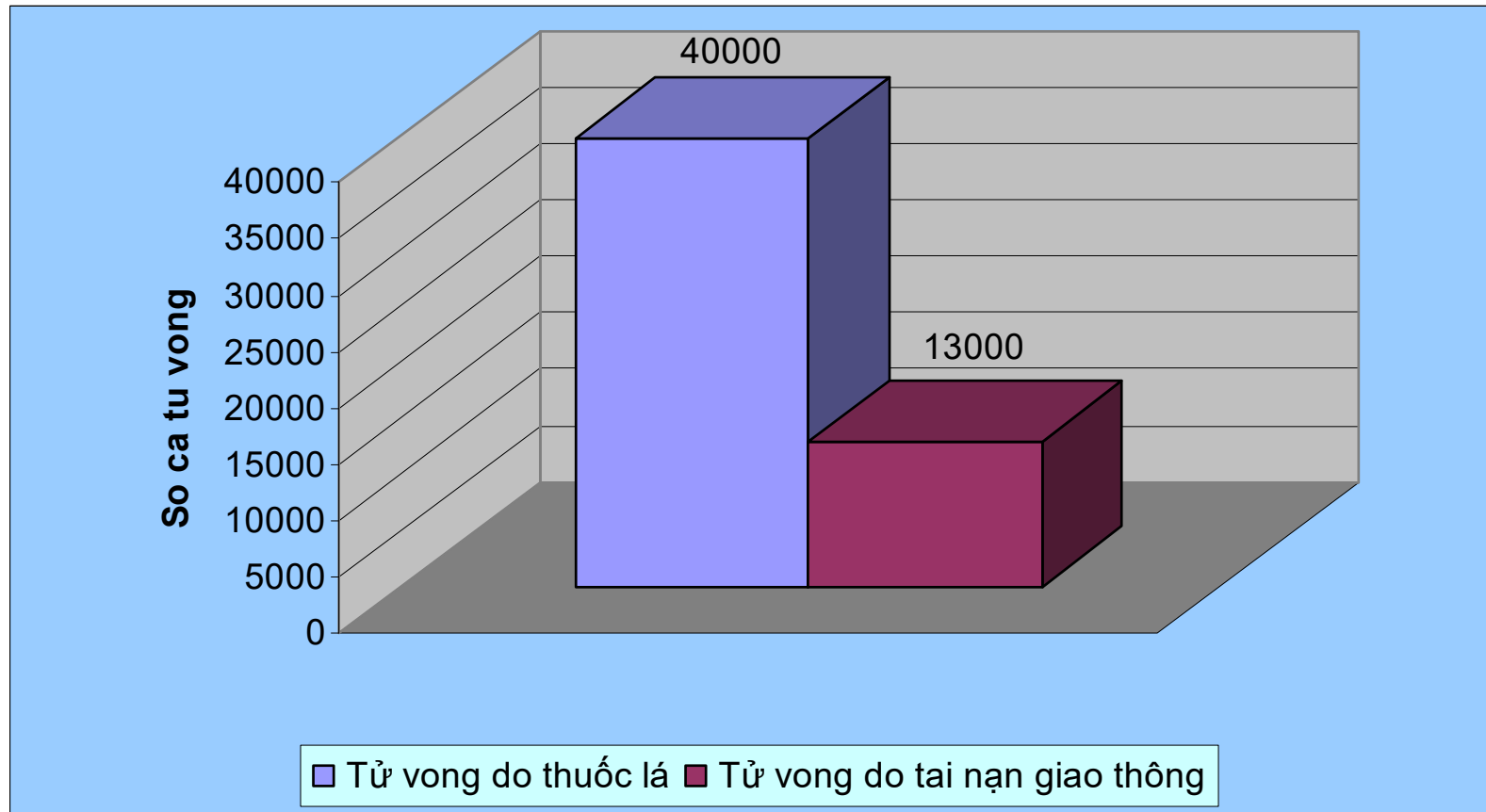
Nguồn: Điều tra GATS 2010

# Thuốc lá là nguyên nhân tử vong hàng đầu

Burden of disease attributable to 15 leading risk factors in 2010, expressed as a percentage of Vietnam DALYs

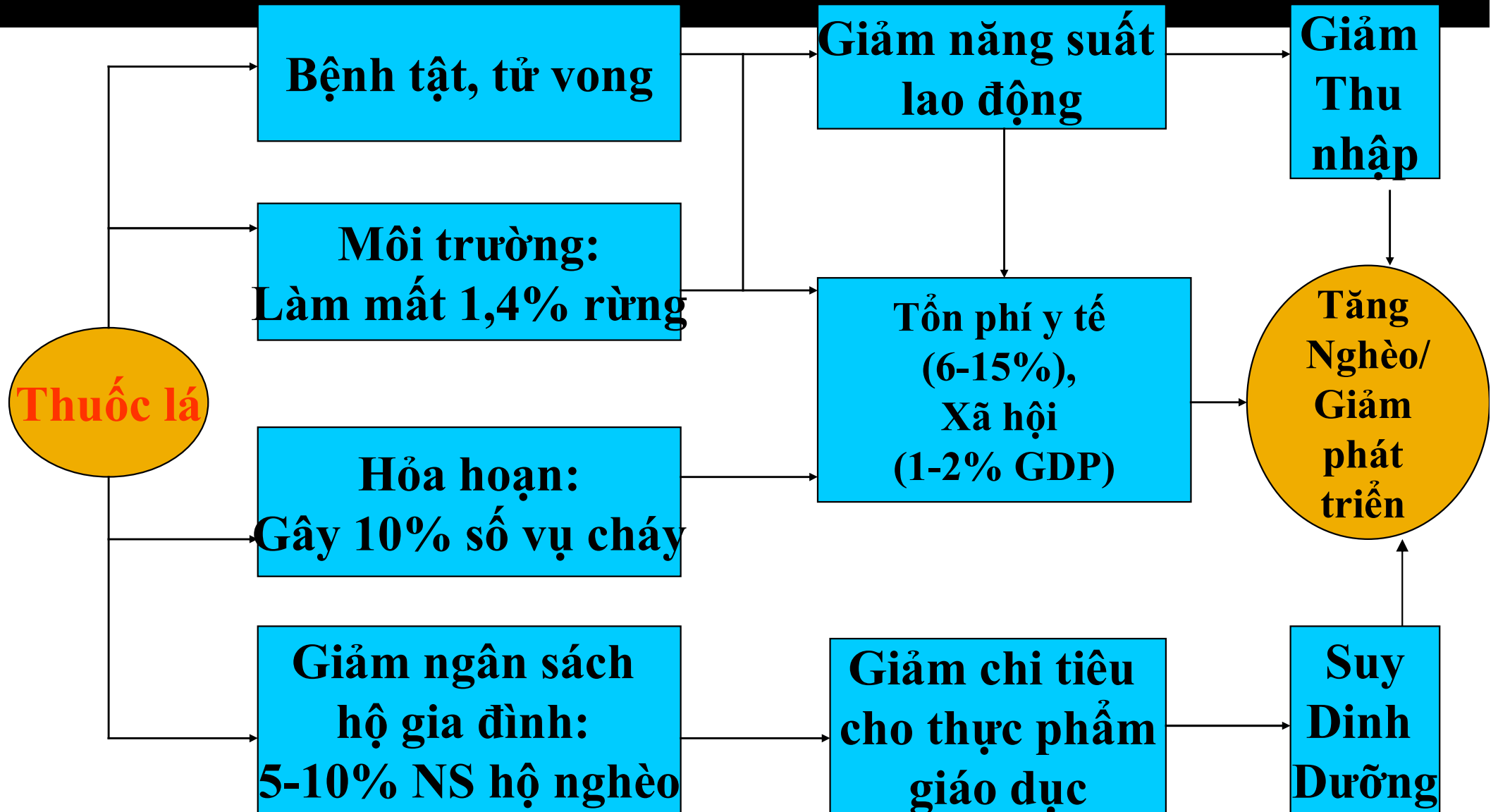


# Tử vong do thuốc lá và tai nạn giao thông (2007)



# Thuốc lá và kinh tế

(Tổng tổng thất 500 tỷ USD/năm trên thế giới)



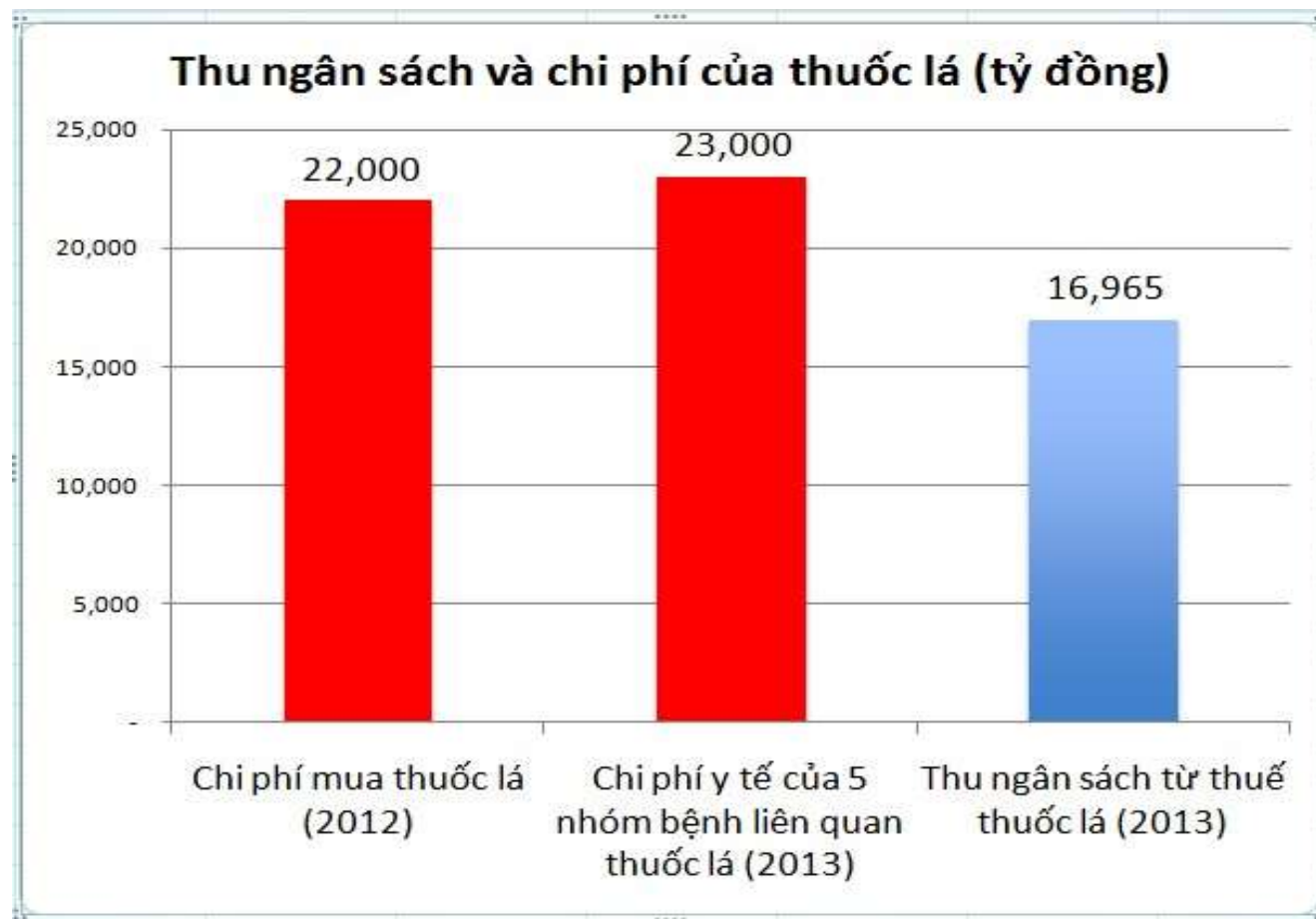
# Chi phí điều trị bệnh và mất năng suất lao động

Bệnh	SAE (chi phí y tế) (tỷ VND)	SAPLD (chi phí do mất NSLĐ vì bệnh) (tỷ VND )	SAPLM (chi phí do mất NSLĐ vì tử vong sớm) (tỷ VND)	Tổng (tỷ VND)
Ung thư phổi	2,688.2	2,365.1	3,226.4	8,279.7
Ung thư đường hô hấp và tiêu hóa trên	2,045.7	230.8	979.2	3,255.8
COPD	5,584.1	56.1	1,636.8	7,276.8
Bệnh tim thiếu máu cục bộ	93.6	3.3	918.7	1,015.7
Đột quy	445.3	63.6	2,802.4	3,311.3
<b><u>Tổng</u></b>	<b><u>10,856.9</u></b>	<b><u>2,718.9</u></b>	<b><u>9,563.5</u></b>	<b><u>23,139.3</u></b>
	<b><u>(USD 512 mil.)</u></b>	<b><u>(USD 125 mil.)</u></b>	<b><u>(USD 451 mil.)</u></b>	<b><u>(USD 1,088 mil.)</u></b>



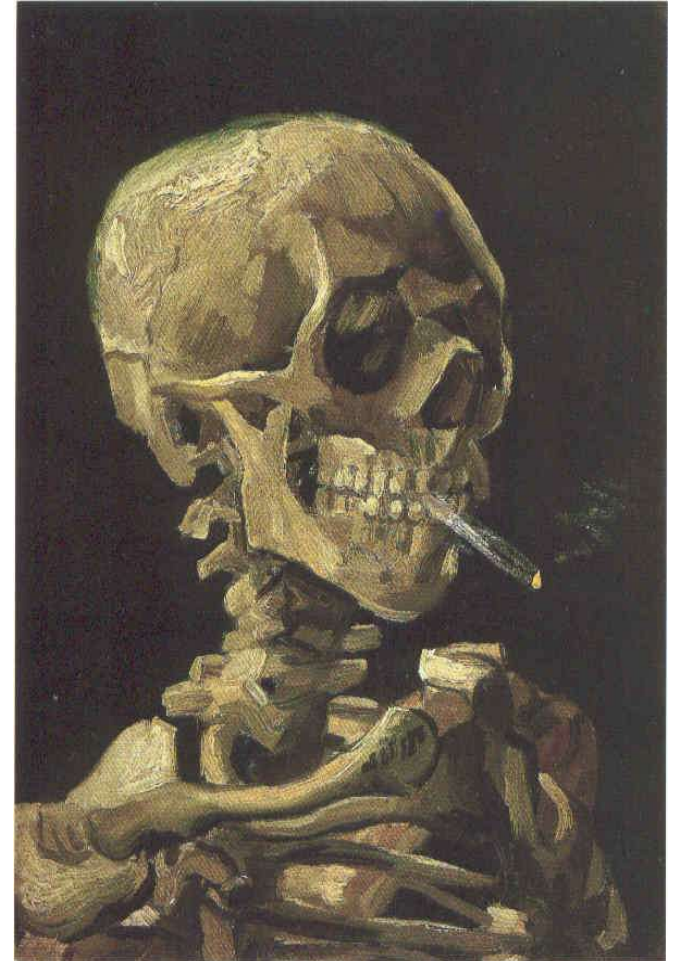
# Gánh nặng kinh tế do sử dụng thuốc lá

- ❖ **22.000 tỷ VND/năm 2012:** mua thuốc lá
- ❖ **23.139 tỷ VND/năm:** Tổng chi phí điều trị và chi phí do mất khả năng lao động vì ốm đau và tử vong sớm cho 5 nhóm bệnh liên quan thuốc lá (2013) trên tổng số 25 nhóm bệnh do thuốc lá gây ra.



# KẾT LUẬN

1. Thuốc lá nguy hiểm giết người dưới mọi hình thức
2. Người hút thuốc chủ động, hút thuốc thụ động, bị ảnh hưởng bệnh tật lên toàn bộ cơ thể
3. Cai thuốc càng sớm càng tốt, trước 40: giảm 90% tử vong



*Tranh của Van Gogh (Hà Lan)*

# THÔNG TIN LIÊN HỆ

TRUNG TÂM CẢI NGHIỆM THUỐC LÁ  
TRUNG TÂM Y TẾ HUYỆN BÌNH SƠN

Tư vấn qua điện thoại: 0379.290.052

Tư vấn trực tiếp: Phòng tư vấn cai nghiện thuốc lá –  
Bệnh viện huyện Bình Sơn

**CHUNG TAY VÌ MỘT THỂ GIỚI KHÔNG KHÓI THUỐC**

