

ชื่อเรื่อง บุหรี่ไฟฟ้า

**Believe It
or Not ?**

จริงหรือไม่ใช่หรือเปล่า ?

นางอารยา หาอุบล
พยาบาลผู้ชำนาญการพิเศษ ผู้ตรวจการพยาบาล
งานการพยาบาลป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลรามารามิบัติ

บุหรี่ไฟฟ้า

ทางออกของ

คนอยากเลิกบุหรี่

จริงหรือ?

บุหรี่ไฟฟ้า เป็นยาสูบชนิดใหม่ ที่ผู้สูบจะได้รับสารนิโคตินที่ระเหยด้วยความร้อนจากไฟฟ้าเข้าสู่ร่างกาย การสูบบุหรี่ไฟฟ้าเป็นวิธีการนำสารเสพติดนิโคตินเข้าสู่ร่างกายเช่นเดียวกับบุหรี่ แต่ไม่มีการเผาไหม้ใบยาสูบ นิโคตินในบุหรี่ไฟฟ้า ได้มาจากการสกัดสารนิโคตินจากใบยาสูบ

บุหรี่ไฟฟ้าเสพติดเหมือนบุหรี่ธรรมดา สารที่ทำให้เกิดการเสพติดในบุหรี่ไฟฟ้าคือ **สารนิโคตินเหลว** ที่สกัดจากใบยาสูบ

บุหรี่ไฟฟ้าเป็นอันตรายต่อสุขภาพ โดยเป็นการเสพติดนิโคติน ซึ่งอำนาจการเสพติดสูงเทียบเท่าเฮโรอีน ซึ่งนิโคตินจะออกฤทธิ์กระตุ้นสมอง กระตุ้นหัวใจทำให้เส้นเลือดหดตัว ส่งผลให้ความดันโลหิตสูงขึ้น ทางแพทย์การเสพติดนิโคตินจัดเป็นโรคเรื้อรังชนิดหนึ่ง

ปัจจุบันยัง **ไม่มีหลักฐาน** การศึกษาที่ชัดเจนว่า บุหรี่ไฟฟ้าช่วยให้เลิกบุหรี่ง่ายขึ้น ตามที่ผู้ผลิตบุหรี่ไฟฟ้ากล่าวอ้าง แต่สิ่งที่ประเทศต่าง ๆ ยังห้ามบุหรี่ไฟฟ้า เพราะเห็นวัยรุ่นในอเมริกาที่ไม่เคยสูบบุหรี่ แต่ตอนนี้ติดบุหรี่ไฟฟ้าเป็นจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จึงเป็นปัญหาใหม่ที่ประเทศต่าง ๆ เผชิญ มาตรการอย่างใกล้ชิด และยังไม่เปิดให้มีการขายบุหรี่ไฟฟ้าอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ซึ่งรัฐบาลไทยห้ามนำเข้าและห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้ามาตั้งแต่ พ.ศ.2558 จึงสมควรห้ามต่อไป เพื่อป้องกันเยาวชนเสพติดบุหรี่ไฟฟ้า

(ข้อมูลจากมูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่)

8

คำถามที่ 1 แบบเลือกตอบ

คำถาม จากบทความข้างต้น ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า

1. บุหรี่ไฟฟ้าช่วยให้เลิกบุหรี่ง่ายขึ้น
2. บุหรี่ไฟฟ้าไม่มีอันตรายต่อสุขภาพ
3. ในประเทศไทยบุหรี่ไฟฟ้าไม่มีผิดกฎหมาย
4. บุหรี่ไฟฟ้ามีสารนิโคตินเช่นเดียวกับบุหรี่

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 4. บุหรี่ไฟฟ้ามีสารนิโคตินเช่นเดียวกับบุหรี่

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 2 แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากบทความเรื่องบุหรี่ไฟฟ้า ข้อความเหล่านี้เป็นข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็น จงเลือกข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็น ในแต่ละข้อความ

ข้อความ	ข้อเท็จจริง	ความคิดเห็น
บุหรี่ไฟฟ้ามีสารนิโคตินเช่นเดียวกับบุหรี่ธรรมดา		
บุหรี่ไฟฟ้าช่วยให้เลิกบุหรี่ง่ายขึ้น		
สารนิโคตินออกฤทธิ์กระตุ้นสมอง กระตุ้นหัวใจ หลอดเลือดหดตัว ทำให้เป็นโรคความดันโลหิตสูง		
พ.ศ.2558 รัฐบาลไทยห้ามนำเข้าและห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้า จึงควรห้ามต่อไป		

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ข้อเท็จจริง , ความคิดเห็น ,ข้อเท็จจริง ,ความคิดเห็น

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 3 แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม นิโคตินออกฤทธิ์ต่อร่างกายอย่างไร

คำตอบ.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : นิโคตินกระตุ้นสมอง กระตุ้นหัวใจทำให้เส้นเลือดหดตัว ส่งผลให้ความดันโลหิตสูง

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 4 แบบเติมคำตอบแบบเปิด

คำถาม นักเรียนคิดว่าบุหรี่ไฟฟ้าจะช่วยให้เลิกสูบบุหรี่ได้จริงหรือไม่ อย่างไร

คำตอบ.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

- ไม่จริง เพราะบุหรี่ไฟฟ้ามีสารเสพติดนิโคตินเหมือนกัน
- ไม่จริง แต่จะทำให้มีผู้เสพติดสารนิโคตินเพิ่มมากขึ้นทั้งบุหรี่ และบุหรี่ไฟฟ้า

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 5 แบบเติมคำตอบแบบอิสระ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม นักเรียนเห็นด้วยกับการที่รัฐบาลไทยห้ามนำเข้าและห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้ามาตั้งแต่ พ.ศ.2558
จงอธิบายด้วยคำพูดของตนเอง

คำตอบ.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

- ป้องกันเยาวชนเสพติดบุหรี่ไฟฟ้า
- ป้องกันการเพิ่มจำนวนผู้เสพติดสารนิโคตินทั้งในบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า
- บุหรี่ไฟฟ้ามีสารเสพติดนิโคตินที่มีอำนาจการเสพติดเท่าเฮโรอีน
- บุหรี่ไฟฟ้ามีสารนิโคตินที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน