

**เลือดออก
ในสมองของ
ผู้สูบบุหรี่วัย 38 ปี**



**คุณรู้หรือไม่
การสูบบุหรี่
ทำให้เส้นเลือดในสมองแตก**

นี่คือสิ่งที่เกิดขึ้นกับสมองของคุณในขณะที่เส้นเลือดในสมองของคุณเริ่มแตก ทุกครั้งที่คุณสูบบุหรี่ สารเคมีนับพันชนิดจะถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสโลหิต บางชนิดทำให้เลือดจับกันเป็นก้อน ภาวะเลือดออกในสมองมีสาเหตุมาจากการอุดตันของหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงสมองหรือหลอดเลือดในสมองแตก ทำให้มีเลือดออกในสมอง

“ก่อนจุดบุหรี่มวนต่อไป โปรดคิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับสมองของคุณ”

บุหรี่ทุกมวน นำพาอันตรายมาสู่ชีวิตคุณ Every cigarette is doing you damage.

**บางสิ่งที่น่ากลัว
เกิดขึ้นใกล้ ๆ หัวใจคุณ**



**ก้อนไขมันอุดตัน
ในหลอดเลือดใหญ่
ของผู้สูบบุหรี่วัย 32 ปี**

เมื่อคุณเริ่มต้นสูบบุหรี่ คุณกำลังเริ่มปฏิบัติการทำร้ายหลอดเลือดของคุณ ถ้าคุณอายุ 30 ปี คุณมีโอกาที่จะเกิดไขมันอุดตันในหลอดเลือดมากกว่าคนที่ไม่สูบบุหรี่ในวัยเดียวกันถึง 3 เท่า ยิ่งสูบบุหรี่มากเท่าไร ไขมันก็สะสมได้มากขึ้นและเร็วขึ้นเท่านั้น และเป็นสาเหตุทำให้หลอดเลือดของคุณตีบลงซึ่งนำไปสู่ภาวะหัวใจวายเฉียบพลัน

“ก่อนจุดบุหรี่มวนต่อไป นึกถึงสิ่งที่คุณทำไว้กับหัวใจของคุณ”

บุหรี่ทุกมวน นำพาอันตรายมาสู่ชีวิตคุณ Every cigarette is doing you damage.

**มวนต่อไปของคุณ
อาจเป็นจุดเริ่มต้นของการเกิดมะเร็งปอด**



**มะเร็งปอด
ในระบบทางเดินหายใจ**

จากการศึกษาทางการแพทย์ล่าสุดพบว่า บุหรี่จะทำลายเซลล์ที่มีส่วนสำคัญในการป้องกันอาการเกิดเซลล์มะเร็งในร่างกาย ดังนั้นในแต่ละวันที่คุณสูบบุหรี่ ไม่ว่าจะมากหรือจะน้อยเพียงใด คุณกำลังทำลายกลไกป้องกันมะเร็งปอดของตัวเอง

“ก่อนที่จะจุดบุหรี่มวนต่อไป หยุดคิดสักนิดว่าบุหรี่มวนต่อไป อาจเป็นจุดเริ่มต้นมะเร็ง”

บุหรี่ทุกมวน นำพาอันตรายมาสู่ชีวิตคุณ Every cigarette is doing you damage.

**สารทาร์
150 ซี.ซี.**



**ทาร์ (น้ำมันดิน) จากบุหรี่
อาจพรากลมหายใจของคุณ**

ถ้าคุณสูบบุหรี่วันละ 1 ซอง ภายใน 1 ปี ปอดของคุณจะเก็บกักน้ำมันดินไว้ถึง 150 ซี.ซี. ภายใน 3 ปี จะมีปริมาณมากกว่าน้ำอัดลม 1 กระป๋อง และนอกเหนือจากคราบสีน้ำตาลที่น้ำมันดินทิ้งไว้ตามฟันและนิ้วของคุณ น้ำมันดินยังเป็นสาเหตุของมะเร็งปอดและคอ ไม่ว่าจะเป็นคุณสูบบุหรี่หรือออสชนิด “ไลท” หรือ “ไมลด์” ก็ตาม คุณยังได้รับน้ำมันดินอยู่ดี

“ทางออกที่ดีที่สุดในการกำจัดน้ำมันดินออกจากปอดของคุณ คือ การเลิกสูบบุหรี่เสียแต่วันนี้”

บุหรี่ทุกมวน นำพาอันตรายมาสู่ชีวิตคุณ Every cigarette is doing you damage.

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

- กลุ่มควบคุมการบริโภคยาสูบ สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000 โทร. 0-2590-3032, 0-2590-3035 โทรสาร. 0-2591-2400 ตู้ไปรษณีย์ 224 ปณจ.นนทบุรี 11000
- สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1 - 12
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกจังหวัด

