

TẬP HUẤN VỀ PHÒNG CHỐNG TÁC HẠI THUỐC LÁ

PHẦN 1: TÁC HẠI CỦA VIỆC HÚT THUỐC LÁ

I. THÀNH PHẦN VÀ ĐỘC CHẤT CỦA THUỐC LÁ

Khói thuốc lá chứa 7.000 hóa chất, trong đó có 69 chất gây ung thư. Một số chất độc hại điển hình trong khói thuốc lá gồm:

- 1. Nicotine:** là một chất gây nghiện có trong thuốc lá, Nicotine gây tăng nhịp đập của tim, co thắt mạch máu ở tim, tăng mạch và huyết áp.
- 2. Hắc ín (Tar):** còn gọi là nhựa thuốc lá, chứa rất nhiều chất gây ung thư.
- 3. Carbon monoxide (khí CO):** làm giảm khả năng vận chuyển oxy của hồng cầu, giảm nồng độ oxy trong máu, làm máu đặc hơn và làm cho tim mệt mỏi hơn khi phải bơm máu đi khắp cơ thể. Khí CO góp phần hình thành các mảng xơ vữa động mạch đồng thời làm suy giảm sự hấp thụ các chất dinh dưỡng thiết yếu và ảnh hưởng đến sự tăng trưởng và điều chỉnh cơ thể, liên quan đến bệnh tim, đột quy và các vấn đề tuần hoàn khác.
- 4. Benzene:** Là một chất sinh ung thư được tìm thấy trong khói của dầu khí hay trong thuốc trừ sâu bọ. Chất này có nồng độ rất cao trong khói thuốc lá.
- 5. Nitrosamines:** Là một chất gây ung thư rất mạnh và có nhiều trong khói thuốc và cả trong sản phẩm thuốc lá không khói.
- 6. Ammonia:** Là một chất được sử dụng trong thuốc kích thích tăng trưởng và trong các sản phẩm tẩy rửa.
- 7. Formaldehyde:** Dung dịch dùng trong ướp xác, và nó cũng có nhiều trong khói thuốc.

II. TÁC HẠI CỦA THUỐC LÁ

1. Đối với người trực tiếp hút thuốc lá: Gần 11% tổng số ca tử vong ở nam giới là do các bệnh liên quan đến sử dụng thuốc lá. Mỗi năm tại Việt Nam có khoảng 40.000 người tử vong do các bệnh liên quan đến thuốc lá. Nếu Việt Nam không thực hiện ngay các biện pháp phòng chống tác hại thuốc lá hiệu quả, con số này sẽ tăng lên thành 70.000 ca/năm vào năm 2030.

2. Đối với người hút thuốc lá thụ động: Hút thuốc thụ động có thể gây nên nhiều bệnh nguy hiểm ở cả người lớn và trẻ em. Ở người lớn hút thuốc thụ động gây ung thư phổi, các bệnh về tim mạch, ung thư vú, bệnh động mạch vành, xơ vữa động mạch, gây các triệu chứng kích thích đường hô hấp, tăng nguy cơ đẻ non và trẻ nhẹ cân.

1) Tác hại đối với kinh tế: Sử dụng thuốc lá gây ra chi phí khổng lồ cho chăm sóc y tế cho những người bị bệnh do hút thuốc lá, cộng thêm tổn thất do giảm hoặc mất khả năng lao động, do hỏa hoạn và những tổn hại cho môi trường.

2) Thuốc lá Tăng nghèo đói tại Việt Nam: Năm 2012 người dân Việt Nam đã chi mua thuốc lá số tiền là 22 nghìn tỷ đồng. Ngoài tổn thất do chi mua thuốc hút, tổng chi phí điều trị và tổn thất do mất khả năng lao động vì ốm đau và tử vong sớm cho 5 nhóm bệnh (ung thư phổi, ung thư đường tiêu hóa-hô hấp trên, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, nhồi máu cơ tim, đột quy) do hút thuốc gây ra là hơn 23 nghìn tỷ đồng một năm. Chi tiêu cho thuốc lá làm giảm các chỉ tiêu thiết

III. BỆNH TẬT DO THUỐC LÁ GÂY RA

1. HÚT THUỐC VÀ BỆNH UNG THƯ

1.1. Ung thư phổi

1.2. Ung thư thanh quản:

1.3. Ung thư hầu, miệng

1.4. Ung thư thực quản

1.5. Ung thư tụy

1.6. Ung thư bàng quang và ung thư thận

1.7. Ung thư cổ tử cung

1.8. Ung thư dạ dày

2. HÚT THUỐC VÀ BỆNH TIM MẠCH

2.1. Xơ vữa động mạch

2.2. Bệnh mạch vành

2.3. Bệnh mạch máu não

2.4. Cao huyết áp

3. HÚT THUỐC VÀ BỆNH HÔ HẤP

3.1. Ảnh hưởng của thuốc lá đến chức năng phổi

3.2. Các bệnh hô hấp cấp tính

3.3. Các bệnh hô hấp mãn tính

4. HÚT THUỐC VÀ SỨC KHỎE SINH SẢN

1. Hút thuốc lá làm giảm khả năng sinh sản ở nam giới

2. Hút thuốc lá ảnh hưởng tới khả năng sinh sản ở nữ giới.

PHẦN 2: MỘT SỐ VĂN BẢN THỰC HIỆN PHÒNG CHỐNG TÁC HẠI THUỐC

1. Luật Phòng chống tác hại thuốc lá (PCTH thuốc lá):

Luật PCTH thuốc lá có 5 Chương và 35 Điều, quy định các biện pháp giảm nhu cầu sử dụng thuốc lá, các biện pháp kiểm soát nguồn cung cấp các sản phẩm thuốc lá và các biện pháp đảm bảo thực hiện Luật PCTH thuốc lá.

2. Quyết định số 229/QĐ-TTg ngày 25/01/2013 của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt “Chiến lược quốc gia Phòng, chống tác hại của thuốc lá đến năm 2020”.

3. Nghị định số 77/2013/NĐ-CP ngày 17/7/2013 của Chính phủ quy định chi tiết thi hành Luật Phòng, chống tác hại của thuốc lá về một số biện pháp phòng, chống tác hại của thuốc lá.

4. Nghị định số 67/2013/NĐ-CP ngày 27/6/2013 của Chính phủ quy định chi tiết một số điều và biện pháp thi hành Luật Phòng, chống tác hại của thuốc lá về kinh doanh thuốc lá

5. Nghị định số 176/2013/NĐ-CP ngày 14/11/2013 của Chính phủ quy định xử phạt vi phạm hành chính trong lĩnh vực y tế

Từ Điều 23 đến Điều 27 Nghị định quy định xử phạt về PCTH thuốc lá bao gồm: Vi phạm quy định về địa điểm cấm hút thuốc lá, vi phạm quy định về bán thuốc lá, vi phạm quy định về ghi nhãn, in cảnh báo sức khỏe trên bao bì thuốc lá, vi phạm quy định về cai nghiện thuốc lá, vi phạm quy định khác về PCTH thuốc lá.

6. Nghị định số 185/2013/NĐ-CP ngày 15/11/2013 của Chính phủ quy định xử phạt vi phạm hành chính trong lĩnh vực thương mại, buôn bán hàng giả, hàng cấm, và bảo vệ quyền lợi người tiêu dùng.

Từ Điều 22 đến Điều 33 Nghị định quy định về hành vi vi phạm về sản xuất, kinh doanh thuốc lá.

8. Thông tư liên tịch số 05/2013/TTLT-BYT-BCT ngày 8/2/2013 của Bộ Y tế và Bộ Công Thương hướng dẫn việc ghi nhãn, in cảnh báo sức khỏe trên bao bì thuốc lá.

5. Quyết định số 47/2013/QĐ-TTg ngày 29/7/2013 của Thủ tướng Chính phủ về việc thành lập, phê duyệt Điều lệ tổ chức và hoạt động của Quỹ phòng, chống tác hại của thuốc lá.

PHẦN 3: HƯỚNG DẪN XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC KHÔNG KHÓI THUỐC LÁ

1. ý nghĩa của việc xây dựng trường học không khói thuốc lá

Thực hiện trường học không khói thuốc có những ý nghĩa sau:

– Giúp cho các em học sinh, các thầy cô giáo đảm bảo quyền được hít thở bầu không khí trong lành, tránh khỏi các tác hại nguy hiểm của khói thuốc.

– Ngăn chặn hành vi thử hút thuốc lá của các em học sinh, giảm tỷ lệ thanh thiếu niên hút thuốc.

– Hỗ trợ tích cực những người hút thuốc giảm số lượng điều hút và tăng thêm quyết tâm bỏ thuốc

Xây dựng nếp sống văn minh, lịch sự trong trường học.

Hạn chế được các nguy cơ cháy nổ từ tàn thuốc, diêm, bật lửa... giảm chi phí vệ sinh môi trường

2. Các quy định về PCTH thuốc lá trong trường học

Chỉ thị số 6036/CT-BGDĐT ngày 17/12/2014 của Bộ giáo dục và Đào tạo:

3. Tiêu chí xây dựng trường học không khói thuốc lá

1. Có niêm yết quy định cấm hút thuốc lá tại nơi có nhiều người qua lại.
2. Có treo biển báo cấm hút thuốc lá trong phòng học, phòng làm việc, phòng ăn, hành lang, cầu thang, các khu vực công cộng khác trong trường.
3. Có kế hoạch hoạt động PCTHT.
4. Không có hiện tượng mua bán, quảng cáo sản phẩm thuốc lá trong khuôn viên nhà trường
5. Không có các vật dụng liên quan đến việc hút thuốc như: gạt tàn, bật lửa trong phòng học, phòng làm việc...
6. Không có hiện tượng hút thuốc và đầu mẩu thuốc lá trong các lớp học, phòng họp, phòng làm việc và trong toàn bộ khuôn viên nhà trường.
7. Đưa nội dung không hút thuốc vào tiêu chí bình xét thi đua của cán bộ, giáo viên, học sinh ...
8. Không nhận sự hỗ trợ hoặc tài trợ của các công ty thuốc lá hay các tổ chức liên quan đến công ty thuốc lá dưới bất kỳ hình thức nào.

CÁC BƯỚC XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC KHÔNG KHÓI THUỐC

Bước 1: THÀNH LẬP BAN CHỈ ĐẠO XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC KHÔNG KHÓI THUỐC

Bước 2: KHẢO SÁT THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG PCTHTL TRƯỚC KHI TRIỂN KHAI HOẠT ĐỘNG

Bước 3: XÂY DỰNG NỘI QUY VÀ KẾ HOẠCH THỰC HIỆN

Bước 4: PHỔ BIẾN NỘI QUY XÂY DỰNG

Bước 5: TRIỂN KHAI CÁC HOẠT ĐỘNG PCTHTL NHẪM HỖ TRỢ THỰC HIỆN NỘI QUY

Bước 6: GIÁM SÁT, ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ THỰC HIỆN

Bí quyết để triển khai thành công nội quy cấm hút thuốc

- Nhằm vào hành vi hút thuốc nơi có quy định cấm, không nhằm vào người hút
- Tập trung vào các lợi ích về sức khỏe, kinh tế, tránh gây tranh luận về “quyền cá nhân”
- Sự cam kết và ủng hộ của lãnh đạo cấp cao nhất
- Tạo cơ hội cho người lao động tham gia vào xây dựng nội quy và kế hoạch triển khai từ đầu
- Hướng dẫn về cách thức thông tin và các biện pháp cưỡng chế thực hiện.
- Chỉ đưa ra các quy định có khả năng cưỡng chế thực thi
- Giáo dục về tác hại của khói thuốc thụ động
- Cần có thời gian chuẩn bị từ khi tuyên bố tới khi quy định có hiệu lực
- Đào tạo kỹ năng giám sát và kỹ năng ứng xử khi có vi phạm
- Quy định được áp dụng công bằng cho tất cả mọi người
- Thông tin và giám sát thường xuyên
- Kiên nhẫn
- Lặp đi lặp lại

