ไทยรัฐ
Thai Rath
Circulation: 1,000,000
Ad Rate: 3,000

Section: First Section/วิทยาการ-เกษตร
วันที่: พฤหัสบดี 1 กุมภาพันธ์ 2561
ปีที่: 69 ฉบับที่: 21926 หน้า: 7(ขวา)
Col.Inch: 18.66 Ad Value: 55,980 PRValue (x3): 167,940 Clip: Full Color
คอลัมน์: ชื่นชีวิต: เสี่ยงแค่ไหนหากสูบบุหรี่เพียงแค่มวนเดียว

เสี่ยงแค่ไหนหากสูบบุหรี่เพียงแค่มวนเดียว

ชื่นชีวิต

มีการวิจัยก่อนหน้านี้ชี้ให้เห็นว่าการสูบบุหรี่ไม่กี่มวนต่อวัน มีความสัมพันธ์กับความเสี่ยงสูงขึ้นต่อการเกิดโรคหัวใจและโรคหลอดเลือดสมองมากกว่าที่คาดไว้ แต่ผลการวิจัยก็ยังไม่สามารถสรุปได้อย่างชัดเจน ทว่าล่าสุด ศ.อัลเลน แฮคชอว์ จากมหาวิทยาลัยคอลเลจลอนดอน ในประเทศอังกฤษ ได้ให้ความเห็นว่าผู้ที่สูบบุหรี่ไม่ควรคิดว่าการสูบบุหรี่ไม่กี่วันหรือสูบแค่มวนเดียวจะเป็นอันตรายน้อยหรือไม่มีอันตรายเลยในระยะยาว

อาจมีบางคนโต้แย้งว่าสูบบุหรี่เพียง 1 มวนแทนที่จะสูบ 20 มวนต่อวัน จะทำให้สัดส่วนความเสี่ยงลดลงเหลือเพียง 1 ต่อ 20 หรือคิดเป็น 5% ซึ่งไม่ถือว่าร้ายแรงอะไร แต่นั่นคือความเข้าใจผิด เพราะอัตราส่วนดังกล่าวหมายถึงการเสี่ยงเป็นมะเร็งในปอดต่างหาก ไม่ใช่การเสี่ยงเป็นโรคหัวใจวายและโรคหลอดเลือดสมอง เนื่องจากพบว่าการสูบบุหรี่เพียงวันละ 1 มวนก็ถือว่ามีความเสี่ยงของโรคหัวใจวายและโรคหลอดเลือดสมองแล้ว นักวิจัยเผยว่าได้ศึกษาวิเคราะห์ 141 ผลงานวิจัยเพื่อประเมินความเสี่ยงของการสูบบุหรี่ 1 มวน, 5 มวน หรือ 20 มวนต่อวัน พบว่าผู้ชายที่สูบบุหรี่วันละครั้ง มีความเสี่ยงหัวใจวาย 46% และเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง 41% ในขณะที่สตรีมีความเสี่ยงหัวใจวาย 31% และเสี่ยงโรคหลอดเลือดสมอง 34%

อีกทั้งการสูบบุหรี่ในระยะยาวอาจทำให้อายุขัยเฉลี่ยลดลง 12-15 ปี ผลวิจัยครั้งใหม่นี้จึงเป็นสิ่งที่บรรดาสิงห์อมควันหรือผู้ที่ริจะสูบบุหรี่ต้องตระหนักถึงความเสี่ยงต่อสุขภาพ ซึ่งหากค่อยๆลดลงจนเลิกสูบได้อย่างถาวร ก็จะเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย เพราะไม่เพียงลดความเสี่ยงต่อหัวใจวายและโรคหลอดเลือดสมอง ยังเป็นการลดความเสี่ยงของโรคปอดเรื้อรังและโรคมะเร็งในปอดด้วยเช่นกัน.

iQNewsAlert
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด | 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
02-253-5000, 02-651-4700 02-253-5001, 02-651-4701 help@iqnewsalert.com