

NHỮNG CHI TIẾT THẬT VỀ HÍT KHÓI THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ

Thuốc lá điện tử, thường được gọi là 'thiết bị tạo khói', là các thiết bị điện tử được thiết kế để đưa hơi tóa ra từ chất lỏng vào phổi. Hiện có nhiều kiểu thuốc lá điện tử khác nhau và có khi khó phát hiện.

Thành phần chính trong thuốc lá điện tử là propylene glycol, glycerine thực vật hoặc glycerol, và chúng cũng thường có nicôtin, hương vị và các hóa chất khác. Thuốc lá điện tử có thể có các hóa chất độc hại không liệt kê trên bao bì.

Điều hiểu lầm lớn nhất về thuốc lá điện tử là thuốc lá điện tử vô hại so với thuốc lá xưa nay. Điều này không đúng. **Thuốc lá điện tử không an toàn.**

QUÝ VỊ CÓ BIẾT CÁC EM ĐANG HÍT KHÓI THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ GÌ KHÔNG?



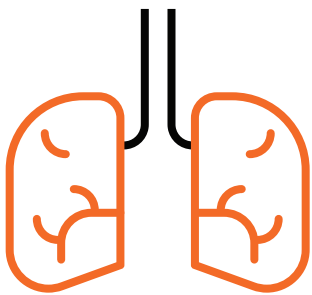
Nhiều loại thuốc lá điện tử có nicôtin khiến chúng **rất dễ gây nghiện**



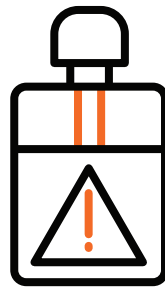
Nicôtin trong 1 thuốc lá điện tử có thể **= 50** **điều thuốc lá**



Thanh thiếu niên sử dụng thuốc lá điện tử có nguy cơ sẽ hút thuốc lá cao gấp **3 lần**



Hít khói thuốc lá điện tử có liên quan đến **bệnh phổi trầm trọng**



Thuốc lá điện tử có thể có cùng **những hóa chất có hại** có trong các sản phẩm tẩy rửa, chất tẩy sơn móng tay, thuốc diệt cỏ dại và thuốc xịt côn trùng



Thuốc lá điện tử có nhiều thiết kế và kiểu dáng khác nhau và có thể **dễ dàng giấu kín**



Quý vị có biết các em đang hít khói thuốc lá điện tử gì không?
Hãy tìm hiểu bằng chứng* và dữ kiện tại health.nsw.gov.au/vaping

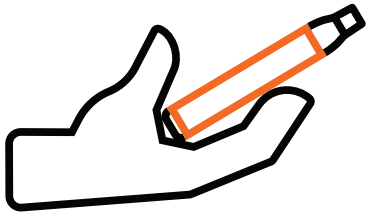
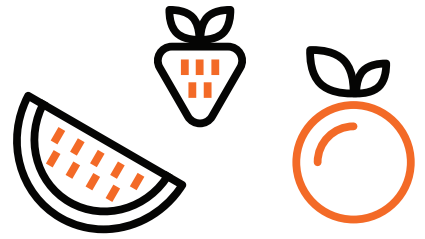
*Tất cả các lời tuyên bố đều có bằng chứng có thể tìm thấy trên trang mạng



THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ HẤP DẪN ĐỐI VỚI THANH THIẾU NIÊN

Các hương vị (như dưa hấu, nho, caramen, kẹo cao su bong bóng, vani và bạc hà) và bao bì đầy màu sắc được sử dụng cho thuốc lá điện tử khiến chúng trở nên hấp dẫn đối với thanh thiếu niên. **Nhiều thuốc lá điện tử cũng có nicôtin, mà thanh thiếu niên có thể bị nghiện rất nhanh.**

Các công ty thuốc lá liên tục tìm khách hàng mới. Thuốc lá điện tử là cách thức mới để khiến thanh thiếu niên nghiện nicôtin, thường khó cai.

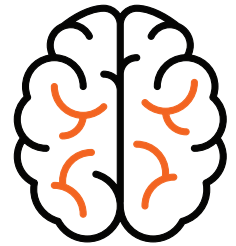


VẤN ĐỀ NÀY LỚN ĐẾN MỨC NÀO?

Thanh thiếu niên hít khói thuốc lá điện tử ngày càng nhiều. Kết quả nghiên cứu cho thấy **1 trong 5 thanh thiếu niên đã hít khói thuốc lá điện tử** và gần **80% trong số các em nói rằng mua thuốc lá điện tử bất hợp pháp rất dễ dàng** tại cửa tiệm hoặc trực tuyến.

Trong cuộc khảo sát gần đây, 64% giáo viên cho biết họ biết về việc bán thuốc lá điện tử ở trường. Những hậu quả của việc hít khói thuốc lá điện tử đang bắt đầu lộ dạng, và bất kỳ sự việc thanh thiếu niên bắt đầu sử dụng thuốc lá điện tử nào đều là điều đáng lo ngại.

NICÔTIN CÓ HẠI CHO THANH THIẾU NIÊN



Nicôtin là chất thuốc thường có trong thuốc lá điện tử và rất dễ gây nghiện đối với não thanh thiếu niên.

Chất này có thể gây ra những tác động tiêu cực lâu dài đến sự phát triển não bộ.

Nicôtin thay đổi cách hình thành các khớp thần kinh não ở thanh thiếu niên.

Những tác động này có thể làm suy giảm sức chú ý, học tập, trí nhớ và thay đổi tâm trạng.

CÁC NGUY CƠ ĐỐI VỚI SỨC KHỎE THỂ CHẤT VÀ TÂM THẦN

Thuốc lá điện tử có thể khiến thanh thiếu niên tiếp xúc với hóa chất và độc chất ở mức có thể gây ra những ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe. **Hơi thuốc lá điện tử có thể khiến thanh thiếu niên dễ bị trầm cảm và lo lắng.** Thuốc lá điện tử cũng có liên quan đến bệnh phổi trầm trọng. Điều quan trọng là, nhiều tác hại lâu dài do hít khói thuốc lá điện tử gây ra vẫn chưa biết rõ. Chất lỏng trong thuốc lá điện tử và hơi không phải là nước. Thuốc lá điện tử có thể khiến thanh thiếu niên tiếp xúc với:

- các hóa chất độc hại tương tự có trong các sản phẩm tẩy rửa, chất tẩy sơn móng tay, thuốc diệt cỏ dại và thuốc xịt côn trùng.
- các chất độc như formandêhít và các kim loại nặng.
- các hạt siêu mịn có thể hít vào sâu trong phổi.
- hóa chất tạo hương vị như diacetyl (hóa chất có liên quan đến bệnh phổi trầm trọng).

Thuốc lá điện tử thậm chí còn được biết là có thể phát nổ gây bỏng/phòng nặng.



Quý vị có biết các em đang hít khói thuốc lá điện tử gì không?
Hãy tìm hiểu bằng chứng* và dữ kiện tại health.nsw.gov.au/vaping

*Tất cả các lời tuyên bố đều có bằng chứng có thể tìm thấy trên trang mạng



BÁN THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ CHO THANH THIẾU NIÊN LÀ BẤT HỢP PHÁP

Bán bất kỳ thuốc lá điện tử cho bất kỳ ai dưới 18 tuổi là bất hợp pháp. Nhiều thanh thiếu niên mua thuốc lá điện tử ở trường từ bạn bè và những người các em có tiếp xúc bằng cách sử dụng phương tiện truyền thông xã hội.

Việc bán thuốc lá điện tử có nicôtin cho bất kỳ ai là bất hợp pháp, trừ trường hợp được bác sĩ kê toa cho người trên 18 tuổi vì mục đích cai thuốc và mua bằng toa bác sĩ tại nhà thuốc tây.

Có một số tiệm bán lẻ bán thuốc lá điện tử cho thanh thiếu niên. Đây là tội phạm.

Nếu nghi ngờ ai đó đang bán thuốc lá điện tử cho trẻ vị thành niên, quý vị có thể trình báo cho NSW Health tại trang mạng của họ hoặc gọi cho Đường dây Thông tin về Thuốc hút qua số 1800 357 412.



CON QUÝ VỊ CÓ HÍT KHÓI THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ HAY KHÔNG?



Quý vị nhiều khi không biết con mình hít khói thuốc lá điện tử vì thuốc lá điện tử rất nhỏ và giống với các vật dụng thông thường như bút dạ quang và bút đánh dấu, bút và ổ USB. Ngoài ra chúng cũng không dễ ngửi thấy mùi.

Các dấu hiệu đáng ngờ cho thấy con quý vị có lẽ hít khói thuốc lá điện tử bao gồm các triệu chứng nghiện nicôtin như con quý vị dễ quạ quọ hoặc lo lắng. Nếu con quý vị hít khói thuốc lá điện tử, hãy khuyến khích cháu dừng lại và cho cháu biết rằng cháu có thể nhờ giúp đỡ và quý vị luôn sẵn sàng hỗ trợ con. Việc dừng hít khói thuốc lá điện tử đôi khi khó khăn và con quý vị có lẽ sẽ cần bác sĩ gia đình (GP) tư vấn.

Ngoài ra, bản thân quý vị không hút thuốc lá và hít khói thuốc lá điện tử cũng giúp nêu gương tốt.

GHI NHÃN GÂY HIỂU SAI LỆCH VÀ NGUY HIỂM

Các sản phẩm thuốc lá điện tử thường không dán nhãn hoặc dán nhãn không chính xác.

Các nhãn có thể ghi rằng thuốc lá điện tử không có nicôtin, nhưng **nhiều sản phẩm trong số này có nicôtin và nhiều hóa chất khác.**

Họ chỉ không ghi trên bao bì mà thôi.



TẦM QUAN TRỌNG CỦA VIỆC NÓI CHUYỆN VỚI CON QUÝ VỊ

Nếu quý vị nghi ngờ con mình đang hít khói thuốc lá điện tử, hãy dành thời gian nói chuyện với con và giúp con hiểu tất cả các nguy cơ.

Vì hít khói thuốc lá điện tử thường phổ biến trong trường học, các em có thể coi đó là chuyện bình thường hoặc an toàn để làm, nhưng không phải vậy.

Điều quan trọng là phải cho con quý vị biết những nguy cơ khi hít khói thuốc lá điện tử. Cố gắng bắt đầu cuộc trò chuyện với con quý vị một cách thoải mái, dễ hiểu, có thể sử dụng những gợi ý ở quanh bạn, chẳng hạn như lời ghi chú của nhà trường, câu chuyện tin tức về hít thuốc lá điện tử hoặc nhìn thấy người hít khói thuốc lá điện tử trên đường phố. Và chuẩn bị sẵn các chi tiết thật của quý vị.



Quý vị có biết các em đang hít khói thuốc lá điện tử gì không?
Hãy tìm hiểu bằng chứng* và dữ kiện tại health.nsw.gov.au/vaping

*Tất cả các lời tuyên bố đều có bằng chứng có thể tìm thấy trên trang mạng.

