

บุหรี่ยิ่งส่งผลเสียต่อบุคลิกอย่างไร

สุขภาพช่องปาก
มีกลิ่นปาก มีปัญหา
ในการหายใจ

สุขภาพผิวหนัง
ทำให้ผิวหนังแห้ง
และคัน



สมรรถภาพ
ทางเพศเสื่อม
จนอาจส่งผลต่อการมี
บุตร

อายุสั้นลง
โดยเฉลี่ยอายุสั้นกว่า
ผู้ที่ไม่สูบบุหรี่

บุหรี่ยิ่งทำลายหัวใจ

Tobacco breaks hearts

Choose health, not tobacco 31 พฤษภาคม : วันงดสูบบุหรี่โลก

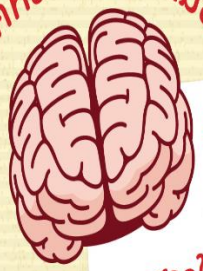
"หยุดสูบบุหรี่ = หยุดทำร้ายหัวใจ"

นิโคติน-คาร์บอนมอนอกไซด์
ในบุหรี่ เพิ่มความหนืดของเกล็ดเลือด
และทำให้เกิดลิ่มเลือด หากเกิดในหัวใจจะทำให้
เกิดอาการหัวใจวายและเสียชีวิตกะทันหัน



โรคหัวใจ

โรคหลอดเลือดสมอง



สารพิษกว่า 7,000 ชนิดในบุหรี่
ขวางการลำเลียงออกซิเจนของเม็ดเลือดแดง
ทำให้ได้รับออกซิเจนน้อยลง หัวใจทำงานหนักขึ้น
สารในบุหรี่ยิ่งทำลายเซลล์ทั้งร่างกาย
เข้าสู่ปอดไปยังกระแสเลือด
เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง

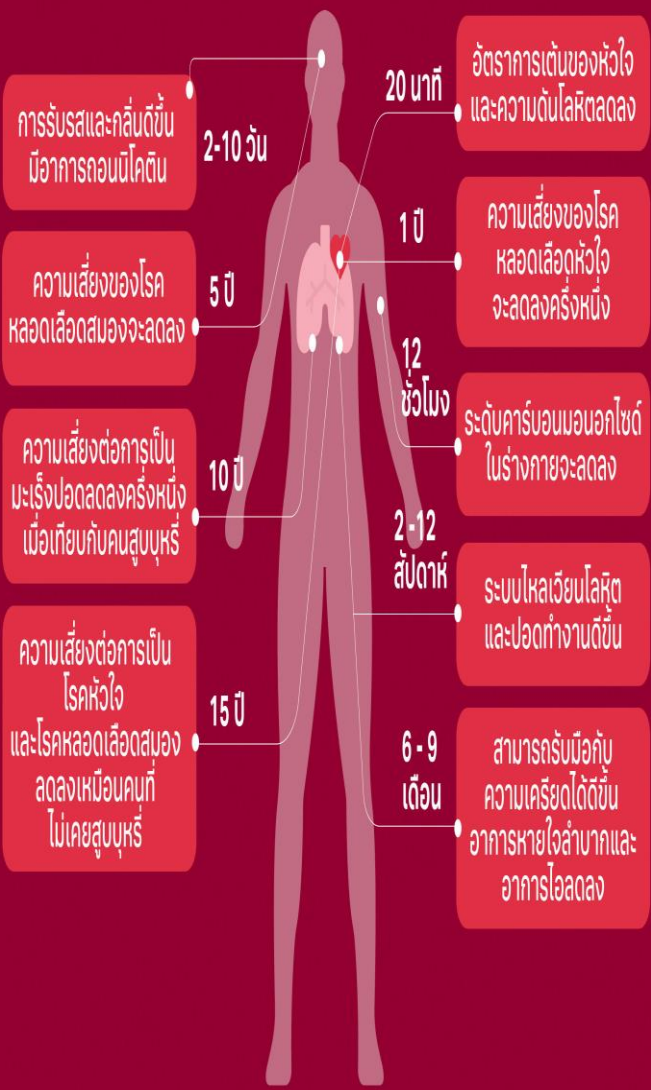


เทศบาลตำบลทรายขาว
สำนักปลัด
ด้วยความห่วงใย



จะเกิดอะไรขึ้นกับร่างกาย

หลังเลิกสูบบุหรี่?



เลิกสูบบุหรี่..วันนี้

คืนสุขภาพดีกลับสู่ตัวคุณ

24-28 ชั่วโมง



จวนคืนเลือดและชีพจร กลับสู่ระดับปกติ

3 วัน



กินอาหารอร่อยขึ้น ต่อมน้ำลายทำงานดีขึ้น

2 วัน



ปอดกำจัดสิ่งสกปรก ออกจากร่างกาย

3 สัปดาห์



หายใจสดชื่นขึ้น หายใจได้เต็มปอด



สูบบุหรี่ผิดที่

มีโทษปรับ

★ สำนักงานควบคุมการบริโภคยาสูบ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดพื้นที่เขตปลอดบุหรี่ เพื่อคุ้มครองสุขภาพของผูที่ไม่สูบบุหรี่

★ กำหนดให้สถานที่สาธารณะ และที่ทำงานทั้งภาครัฐและเอกชน เป็นเขตปลอดบุหรี่ทั้งหมด ไม่ให้มีตมสูบบุหรี่ภายในบริเวณ ที่เป็นอาคารและสิ่งปลูกสร้าง

★ ยกเว้น อาคารสนามบินนานาชาติ และ พื้นที่สาธารณะภายนอกอาคารที่ กฎหมายอนุญาตให้จัดเขตสูบบุหรี่ได้

★ เจ้าของสถานที่สาธารณะและที่ทำงาน มีหน้าที่ จัดและดูแลให้สถานที่ สาธารณะและที่ทำงาน ปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

บทลงโทษ

1 ฝ่าฝืนสูบบุหรี่ ในเขตปลอดบุหรี่ ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน

2,000 บาท

2 ฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในยานพาหนะสาธารณะ และที่ทำงาน ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน

5,000 บาท

3 เจ้าของสถานที่ไม่ติด เครื่องหมายเขตปลอดบุหรี่ หรือธงสูบบุหรี่ มีโทษปรับไม่เกิน

2,000 บาท

4 เจ้าของสถานที่ไม่จัด สถานที่ที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ หรือธงสูบบุหรี่ มีโทษปรับไม่เกิน

20,000 บาท

