|  |  |
| --- | --- |
| UBND HUYỆN CƯMGAR**TRƯỜNG THCS ĐOÀN THỊ ĐIỂM****Tổ: Pháp Chế** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM****Độc lập – Tự do – Hạnh phúc***EaDrơng, ngày 27 tháng 02 năm 2023* |

**TUYÊN TRUYỀN PHÒNG, CHỐNG TÁC HẠI CỦA THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ TRONG TRƯỜNG HỌC**

Thuốc lá điện tử còn được gọi là e-cigarette, hệ thống phân phối nicotine điện tử, thuốc lá vaporizer và bút vape. Chúng được phát minh như một phương pháp để cai nghiện hay hạn chế việc hút thuốc lá.

Một điếu thuốc lá điện tử hoạt động bằng pin và thả ra liều nicotine bốc hơi để người dùng hít vào. Nó đem đến cảm giác tương tự như khi hít phải khói thuốc lá nhưng không độc hại bằng thuốc lá.

Hầu hết thuốc lá điện tử đều có một ống ngậm, hoặc hộp mực, một bộ làm nóng, pin sạc và mạch điện. Khi người dùng hút sẽ có một cảm biến kích hoạt bộ làm nóng làm bay hơi dung dịch lỏng, hương vị được giữ trong ống ngậm. Sau đó, người dùng sẽ "vape" (hút bằng miệng) hoặc hít vào dung dịch khí. Hàm lượng nicotine sẽ thay đổi từ 0 đến cực cao hoặc 24 đến 36 mg/ml khí thở.

Theo Liên minh Kiểm soát thuốc lá Đông Nam Á (SEATCA), đa phần thuốc lá điện tử có chứa Nicotin - chất gây nghiện cao, sử dụng nicotin quá liều sẽ gây ngộ độc. Đặc biệt, trong thuốc lá điện tử có 15.000 loại hương vị, nảy sinh nguy cơ trộn hương vị và cả chất ma túy; người hút dễ phơi nhiễm các chất độc gây bệnh ung thư, tim mạch, hô hấp, ảnh hưởng đến phát triển trí não.

Theo số liệu thống kê, gần 1/3 thanh niên ở Mỹ sử dụng thuốc lá điện tử và hiện đã ghi nhận 2.807 ca tổn thương phổi có liên quan đến thuốc lá thế hệ mới, trong đó 68 trường hợp đã tử vong. Tại Việt Nam, tỉ lệ sử dụng thuốc lá điện tử ở giới trẻ cũng bắt đầu tăng lên. Cụ thể, năm 2015 có 0,2% người hút thuốc lá điện tử và thuốc lá nung nóng. Nhưng đến năm 2019, có đến 2,6% học sinh trong độ tuổi từ 13 - 17 hút thuốc lá điện tử và đến nay thì con số đó vẫn đang tăng lên. Nắm bắt được xu hướng của giới trẻ, hiện nay, các sản phẩm thuốc lá điện tử đang được bày bán tràn lan trên các trang mạng xã hội.

Và trên thực tế, những người có nhu cầu cũng không khó để tìm mua những sản phẩm này tại các cửa hàng trực tiếp với lời giới thiệu là hàng nhập khẩu, có giá từ vài trăm đến cả triệu đồng. Đánh vào tâm lý của khách hàng, các hãng sản xuất thuốc lá đã có nhiều chiêu trò để thu hút, cổ động giới trẻ dùng thuốc lá như cho ra đời những sản phẩm bắt mắt, nhỏ gọn, nhiều hương vị, giá rẻ; giới thiệu sản phẩm và dùng thử ở các cửa hàng bán lẻ; sử dụng giới trẻ, người nổi tiếng hoặc có ảnh hưởng quảng cáo thuốc lá; tận dụng sự ảnh hưởng của những người nổi tiếng trên mạng xã hội để quảng cáo và bán hàng như facebook, instagram, tiktok; bán thuốc lá qua các trang thương mại điện tử.

Thuốc lá điện tử được ví như "cạm bẫy hương vị" mà giới trẻ là con mồi mục tiêu hướng đến. Đánh trúng tâm lý thích thể hiện cá tính của tuổi mới lớn, thuốc lá điện tử đang dần len lỏi vào các trường học ở vùng nông thôn, các em đã truy cập vào các trang mạng xã hội và tin vào những lời quảng cáo có "cánh" như thuốc lá điện tử không gây nghiện và không hại cho sức khỏe, ngược lại còn có tác dụng giúp tăng cường trí nhớ, sảng khoái tinh thần nên đặt mua về "hút thử" với giá từ 350.000 đến 400.000 đồng/1 bộ. Nhiều em chỉ nghe bạn bè quảng cáo, lôi kéo và muốn thể hiện "đẳng cấp" nên đã lên mạng tìm mua.

Đáng lưu tâm, hiện ma túy đã ẩn nấp dưới nhiều hình thức tinh vi mà người dùng khó phát hiện như ma túy ở dạng kẹo - đá; trộn ma túy tổng hợp trong thuốc lá điện tử…

**Nghiện thuốc lá điện tử nguy hiểm thế nào?**

Một số nghiên cứu đã phát hiện ra rằng việc sử dụng thuốc lá điện tử có thể giúp một số người cai thuốc lá. Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh Mỹ (CDC) kết luận rằng thuốc lá điện tử có thể mang lại lợi ích cho người lớn hút thuốc lá miễn là họ sử dụng chúng thay thế thuốc lá thông thường.

Tuy nhiên, không hẳn là thuốc lá điện tử sẽ an toàn đối với người sử dụng. Một nghiên cứu được công bố hồi tháng 7 chỉ ra rằng hơn 90% người hút thuốc lá vẫn không thể bỏ được thói quen sau một năm sử dụng thuốc lá điện tử. Trong đó, 54% vẫn hút thuốc lá và vape, 37% tiếp tục hút thuốc lá nhưng từ bỏ hẳn vape.

Thuốc lá điện tử không nhả ra khói độc như thuốc lá thông thường. Tuy nhiên, điều đó không đồng nghĩa với việc chúng là sự lựa chọn lành mạnh để thay thế thuốc lá thông thường.

Khi bạn hút một điếu thuốc lá điện tử, nghĩa là bạn đang đưa một lượng nicotine (được hấp thu vào máu qua phổi) vào cơ thể bạn. Ngoài việc là một loại thuốc gây nghiện cao, nicotine cũng rất độc hại khi sử dụng với nồng độ cao. Chất này từng được sử dụng như một loại thuốc trừ sâu để diệt bọ chét. Thậm chí, một số trường hợp đã tử vong khi chất lỏng nicotine trong thuốc lá điện tử hấp thu qua da.

Nicotine ảnh hưởng đến não và hệ thần kinh, làm tăng huyết áp và nhịp tim. Lượng nicotine càng lớn thì huyết áp và nhịp tim càng cao. Điều này có thể gây loạn nhịp tim. Trong một số trường hợp hiếm gặp, đặc biệt là khi dùng liều lượng lớn nicotine, loạn nhịp tim có thể gây suy tim và tử vong.

Sau khi tác dụng ban đầu của thuốc lá điện tử bị “lờn”, cơ thể bắt đầu khao khát nicotine. Bạn có thể cảm thấy chán nản, mệt mỏi và cáu kỉnh (được gọi là rút nicotine). Theo thời gian, việc sử dụng nicotine có thể dẫn đến các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng, bao gồm bệnh tim, đông máu và loét dạ dày.

Từ năm 2018, Cục Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Mỹ (FDA) yêu cầu các nhà sản xuất cảnh báo đối với các sản phẩm thuốc lá điện tử có chứa nicotine. CDC cũng cảnh báo về việc sử dụng thuốc lá điện tử của những người trẻ tuổi, phụ nữ mang thai hoặc người lớn không sử dụng thuốc lá.

**Nguy cơ gây thương tích của thuốc lá điện tử**

Ngoài việc không thể từ bỏ thuốc lá và chuyển sang nghiện nghiện vape, cũng như gây nên các bệnh tương tự như thuốc lá thông thường, các loại thuốc lá điện tử cũng mang đến nguy cơ cháy nổ ảnh hưởng đến tính mạng người sử dụng.

Vào năm 2016, một cậu bé 14 tuổi đã bị mù khi một chiếc thuốc lá điện tử phát nổ tại một ki-ốt trung tâm ở Brooklyn. Chấn thương xảy ra sau khi một nhân viên kết nối bình hút với pin tại cửa hàng. Cậu bé, Leor Domatov, nói rằng cậu không còn có thể nhìn thấy gì "Tôi cảm giác nó cắt qua giác mạc của tôi”.

Một chàng trai 17 tuổi ở New York đã bị thương khi thuốc lá điện tử phát nổ trong tay khi cậu đang cầm và hút. Mẹ bệnh nhân nói: "Con trai tôi bay qua cánh cửa, tôi thực sự nghĩ nó đã bị tai nạn xe hơi bởi có quá nhiều máu".

Năm 2015, một người đàn ông 33 tuổi đến từ Surrey (Anh) nói rằng anh đã bỏ hút thuốc lá và chuyển sang “vaping” để kéo dài cuộc sống của mình. Nhưng thay thế "lành mạnh" này đem lại cho anh ta nhiều hại hơn là lợi ích. Khi anh ta đang hút thuốc, hệ thống đã bắt dung dịch nicotine nóng xuống cổ họng và khiến phổi thủng lỗ.

Chính vì những tác hại vô cùng lớn của thuốc lá điện tử đối với cơ thể người nói chung và lứa tuổi học sinh nói riêng, cô đề nghị các em nâng cao cảnh giác, không tin và nghe theo những lời quảng cáo trên các trang mạng xã hội, ko rủ rê, lôi kéo bạn bè buôn bán và hút thuốc lá điện tử, hạn chế ăn quà vặt vì chúng ta không thể lường hết được những dạng ma túy mới núp bóng các dạng kẹo, nước ngọt...

Đối với hs trong trường cấm sử dụng, buôn bán thuốc lá và thuốc lá điện tử, sẽ đưa vào qui định cộng trừ điểm thi đua giữa các chi đội, nếu phát hiện hút, buôn bán thuốc lá và thuốc lá điện tử bản thân hs đó sẽ bị hạ 1 bậc hạnh kiểm, lớp bị hạ bậc thi đua xếp thứ cuối cùng.

***Thời gian phổ biến: Tiết chào cờ thứ 2, ngày 27/02/2023***

***Người tuyên truyền: Nguyễn Thị Hằng Nga, GVCN***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DUYỆT HIỆU TRƯỞNG** **CAO VĂN TUYẾN****Nơi nhận:*** Lưu VT;
* Tổ TVHĐ;PC;PCCC
 |  | **NGƯỜI TUYÊN TRUYỀN****NGUYỄN THỊ HẰNG NGA** |