

Tờ Thông Tin

Hút thuốc thụ động

(*Passive smoking*)

Không nhận trách nhiệm: Tin liệu này chỉ có mục đích giáo dục mà thôi. Xin hãy tham vấn với bác sĩ của quý vị hay giới chức y tế khác để đoan chắc rằng những tin tức này đúng với bệnh trạng của con em của quý vị.

Hút thuốc thụ động là gì?

(*What is passive smoking?*)

Hút thuốc thụ động là hít phải khói thuốc của người hút thuốc lá, xì gà hay ống điếu. Khói thở ra từ người hút được gọi là dòng khói chính thở ra. Khói lan tỏa từ đầu điếu thuốc lá đang cháy được gọi là dòng khói tỏa phụ. Môi Trường Có Khói Thuốc bao gồm dòng khói chính và dòng khói tỏa phụ.

Khói thuốc lá có chứa khoảng 4000 hóa chất mà trong đó có khoảng 60 chất được nhận biết hoặc nghi ngờ là những chất carcinogens (chất gây ra ung thư). Dòng khói tỏa phụ có khuynh hướng vất vưởng trong phòng lâu hơn và có nồng độ của những chất gây ung thư cao hơn so với dòng khói thuốc chính thở ra từ người hút. Vì dân cư Úc ở trong nhà hàng ngày nhiều hơn ra ngoài nên Môi trường Có Khói Thuốc tại nhà là một mối nguy hại sức khỏe nghiêm trọng. Đặc biệt là trẻ em chịu nhiều nguy hiểm do ảnh hưởng nguy hại của việc bị hít khói thuốc lá.

Sức khỏe của thai nhi bị nguy cơ gì?

(*What is the health risk for unborn babies?*)

Thống kê của Úc cho thấy có khoảng 20 phần trăm phụ nữ hút thuốc trong lúc đang mang thai, và con số này hiện đang có chiều hướng giảm sút. Khi người phụ nữ mang thai hít phải khói thuốc lá, các độc chất thấm vào máu có thể đi qua lá nhau và ảnh hưởng đến bào thai. Khi đang mang thai mà hít phải khói thuốc lá có thể gia tăng nguy cơ của hư thai, thai chết, những biến chứng khác khi sanh nở và hội chứng chết bất ngờ của hài nhi (SIDS). Và lại, trẻ sơ sinh bị nhiễm khói thuốc lá khi còn trong thai sẽ có thêm nguy cơ bị sinh non và nhẹ cân.

Sức khỏe trẻ em bị nguy hại gì?

(*What is the health risk for children?*)

Có hơn 40 phần trăm trẻ em Úc bị sống trong Môi Trường Có Khói Thuốc tại nhà. Các em này gần như bị phát nhiều chứng bệnh về hô hấp, gồm ho gà, viêm phế quản, viêm tiểu phế quản và viêm phổi, nhiều hơn so với các em không sống trong môi trường có khói thuốc. Sống nơi có khói thuốc lá trong 18 tháng đầu đời, trẻ em có thể bị gia tăng những nguy cơ này đến 60%. Trẻ em sống trong Môi Trường Có Khói Thuốc

Cả hai chứng hen suyễn và bệnh hô hấp (khò khè, thiếu hơi và có đờm nhớt) bị gia tăng cho trẻ em có cha mẹ hút thuốc lá. Trước khi lên năm tuổi, các em này gần như bị các triệu chứng hen suyễn nhiều cao gấp đôi. Khói thuốc lá còn là tác động làm lên cơn suyễn và làm bệnh suyễn trầm trọng hơn. Khói thuốc lá là một trong nhiều yếu tố về môi trường góp phần vào sự phát triển chứng hen suyễn, nhưng yếu tố này có thể tránh được.

Những nguồn chính gây ra Môi Trường Có Khói Thuốc đối với trẻ em là gì? *(What are the main sources of ETS for children?)*

Cha mẹ, gia đình và bạn bè hút thuốc trong những nơi đóng kín như trong xe và trong nhà là những nguồn chính của Môi Trường Có Khói Thuốc cho trẻ em. Hậu quả nguy hại cho trẻ em gia tăng theo số cha mẹ và những người ở cùng nhà hút thuốc lá. Hiện nay tại tiểu bang NSW, Bộ Y tế NSW, Hội Đồng Ung Thư NSW, Tổ Chức Bệnh Tim Toàn Quốc, Hội Hen Suyễn NSW và Hội Trẻ Thơ Chết Bất Ngờ NSW (SIDS) đồng liên đới có sáng kiến làm cho trong nhà và trong xe thành nơi không có khói thuốc.

Quý vị có thể làm gì để bảo vệ con em? *(What you can do to protect your child?)*

Bỏ hút thuốc là mục tiêu tối hậu của cha mẹ và người chăm sóc trẻ thơ, ngoài ra một số biện pháp khác cũng có thể tạo được sự thay đổi. Một trong những biện pháp này là việc tự chọn không hút thuốc trong xe và trong nhà hoặc ở những nơi đóng kín mà nơi đó có trẻ chơi. Khi thăm viếng bạn bè hoặc giao trẻ cho người khác chăm sóc, quý vị phải đoán chắc nơi đây là môi trường không có khói thuốc.

Tìm hướng dẫn từ những người có kinh nghiệm trong vấn đề cai thuốc lá (chuyên viên cố vấn của Đường Giấy Bỏ Hút Thuốc Quitline, bác sĩ hoặc dược sĩ) cũng có lợi ích. Vấn đề này còn đặc biệt quan trọng cho phụ nữ mang thai hoặc dự định sẽ mang thai và do đó họ cần thăm dò các biện pháp an toàn đang có sẵn và thích hợp cho họ.

Các trẻ em sinh trưởng trong gia đình hút thuốc có nguy cơ gia tăng là các em sẽ tập hút thuốc lá, vậy cha mẹ cai bỏ thuốc lá để làm gương mẫu tốt cho con em.

HÃY GHI NHỚ

(R E M E M B E R)

- Hít khói thuốc trong lúc mang thai làm tăng nguy cơ bị xảy thai, thai chết, các biến chứng khi sanh và chứng chết bất ngờ của hài nhi (SIDS).
- Khói thuốc cũng rất có thể tăng gia nguy cơ sinh non và nhẹ cân.
- Thai nhi và trẻ em nhỏ bị khói thuốc sẽ có nguy cơ gia tăng về phát triển các bệnh liên quan đến đường phổi như là bạch cầu thanh quản (viêm và tắt thanh quản), viêm phế quản, viêm tiểu phế quản và viêm phổi, và có khuynh hướng dễ bị ho, cảm và nhiễm trùng tai giữa hơn.
- Khói thuốc lá là một tác nhân thường gây lên cơn suyễn và có thể làm cho bệnh suyễn trầm trọng hơn là nếu không có khói thuốc.
- Quý vị nên tự chọn không hút thuốc trước mặt trẻ em, đặc biệt ở những nơi đóng kín như trong xe và trong nhà, và yêu cầu những người khác cũng làm như vậy.
- Quý vị có thể nhận được sự hỗ trợ qua Đường Giây Bỏ Hút Thuốc Quitline số 131 848, bác sĩ hoặc dược sĩ.
- Mọi trẻ em đều có quyền được sinh trưởng trong 'môi trường không có khói thuốc'.



The Children's Hospital at Westmead
Cnr Hawkesbury Rd & Hainsworth St, Westmead
Locked Bag 4001, Westmead, 2145
ĐT: (02) 9845 3585 - Fax: (02) 9845 3562
<http://www.chw.edu.au/>

© Bệnh Viện Nhi Đồng ở Westmead 1997-2005.

Tin liệu này được tái duyệt vào ngày Thứ Năm, 11 tháng ba 2004

Những tài liệu này chỉ nhằm mục đích hướng dẫn mà thôi. Mặc dầu đã cố-gắng rất nhiều để làm cho bản dịch từ tiếng Anh sang được chính-xác, nhưng chuyển ngữ là một việc làm hết sức phức tạp, do đó một vài sai sót vẫn có thể tìm thấy trong một số bản dịch. Xin quý vị vui lòng tham khảo với bác sỹ của mình hoặc với các chuyên viên y tế khác để biết chắc là các tài liệu này có thích hợp để áp dụng cho con em của mình hay không.