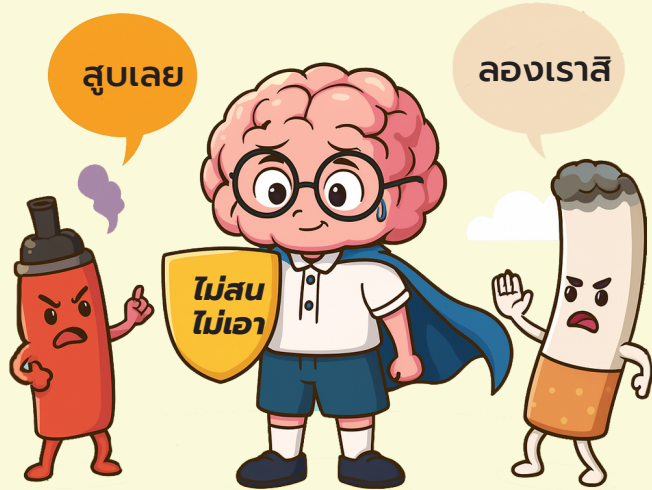


ฉันทเลือกสุขภาพ



สาเหตุสำคัญที่สุดที่วัยรุ่น
เริ่มสูบบุหรี่ไฟฟ้า
เพราะมีเพื่อนสูบ

สาเหตุสำคัญที่สุดที่วัยรุ่น
ต้องใช้บุหรี่ไฟฟ้าต่อไป คือ
**"ฉันทรู้สึกกั๊งวล เครียด
หรือ เศร้าหมอง"
(เสพติดนิโคติน)**

บุหรี่ไฟฟ้า
มีผลต่อระบบประสาท
ของเด็กและเยาวชนในทุกช่วงอายุ
ส่งผลเสียต่อสมาธิ
ความจำ การคิด วิเคราะห์
การควบคุมอารมณ์
การพัฒนาของ
ระบบประสาทและสมอง



สมองลูกสำคัญ

อย่าปล่อยให้
บุหรี่ไฟฟ้า
ทำร้าย



สมองของเด็กและเยาวชน
ได้รับอันตรายจาก
นิโคตินในบุหรี่ไฟฟ้า

บุหรี่ไฟฟ้ามีสาร**นิโคติน** การสูบบุหรี่ไฟฟ้า
จึงทำให้ผู้สูบติดได้ไม่ต่างจากบุหรี่ธรรมดา

ปรับปรุงแก้ไข เดือน ตุลาคม 2568



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (มสย.)

36/2 ซอยประดิพัทธ์ 10 ถนนประดิพัทธ์ แขวงพญาไท เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400
โทร. 0-2278-1828 E-mail : info@ashthailand.or.th
www.ashthailand.or.th และ www.smokefreezone.or.th



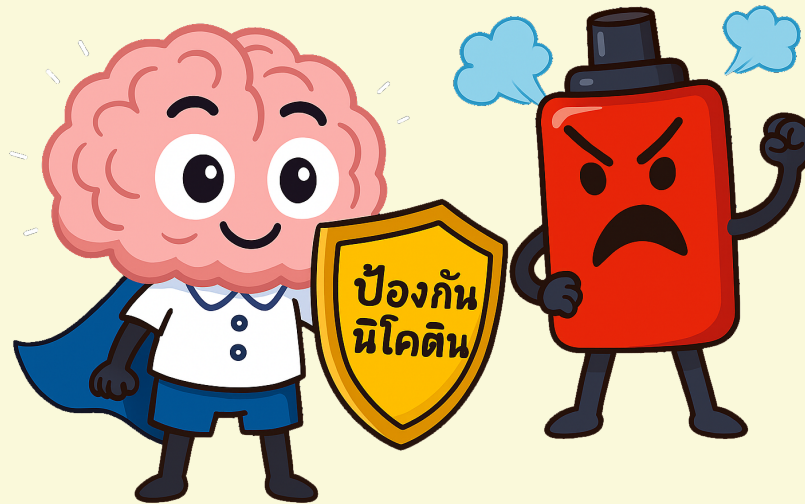
สมองของเด็กและเยาวชน ได้รับอันตรายจากนิโคตินอย่างไร

บุหรี่ไฟฟ้าเกือบ 100%

มี**นิโคติน** แม้แต่ยี่ห้อที่ระบุว่า
ไม่มีนิโคติน ก็**ตรวจพบว่า มี**

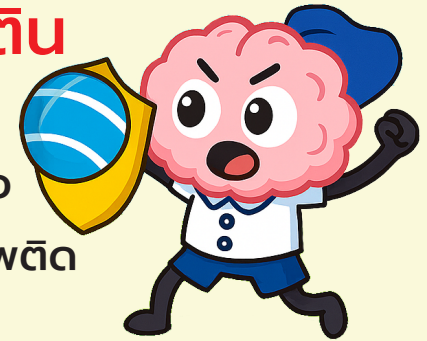
นิโคติน ทำอันตรายต่อสมอง
ของวัยรุ่นที่กำลังเจริญเติบโต
ซึ่งจะเติบโตเต็มที่ เมื่ออายุ 25 ปี

การเสพติด**นิโคติน** ส่งผลต่อสุขภาพจิตของวัยรุ่น
โดยจะเกิดอาการ "**อยากนิโคติน**" เมื่อไม่ได้ใช้ จะมีอาการ
หงุดหงิด ซึมเศร้า กระทบกระฉ่อน กังวล ขาดสมาธิ
นอนไม่หลับ ทำให้จะต้องรีบใช้**นิโคติน** (สูบบุหรี่) ต่อไป
เพื่อขจัดอาการไม่สบายเหล่านี้

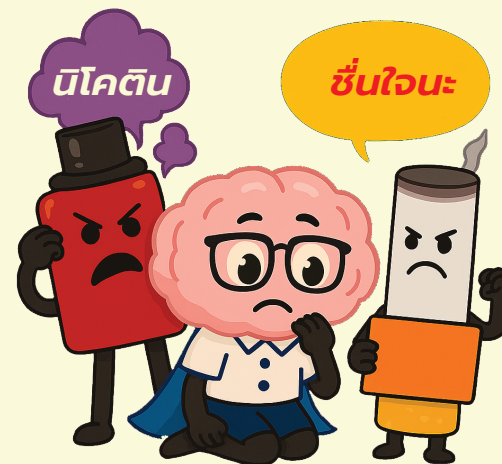


การใช้**นิโคติน**

ในวัยรุ่นเพิ่ม
ความเสี่ยงต่อ
การติดยาเสพติด
ชนิดอื่น



ทุกครั้งที่มีการเรียนรู้สิ่งใหม่
ทักษะใหม่ จะเกิดจุดประสานระหว่าง
เซลล์สมอง**นิโคติน** ทำให้การเกิด
จุดประสานนี้มีการเปลี่ยนแปลง



นิโคติน ทำอันตรายต่อสมอง
ของวัยรุ่น ส่วนที่เกี่ยวข้อง
การเรียนรู้ อารมณ์ สมาธิ
และการตอบสนองต่อสิ่งเร้า

อ้างอิง : ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับอันตรายของบุหรี่ไฟฟ้าต่อเด็กและเยาวชน ศูนย์ควบคุมโรคสหรัฐอเมริกา
Quick Facts on the Risks of E-cigarettes for Kids, Teens, and Young Adults

https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html#