

## ห่วง “พิษควันบุหรี่ในบ้าน” หนุน “มาตรการส่งเสริมบ้านปลอดบุหรี่”

ศ.นพ.รณชัย คงสกนธ์ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) กล่าวว่า องค์การอนามัยโลกให้ความสำคัญอย่างมากกับการส่งเสริมให้ ‘บ้านปลอดบุหรี่’ เพราะนอกจากจะช่วยลดความเสี่ยงรับควันบุหรี่มือสองของสมาชิกในบ้าน ยังทำให้สมาชิกในบ้านที่สูบบุหรี่สามารถลดและเลิกบุหรี่สำเร็จ นอกจากนี้ยังสามารถปกป้องเยาวชนในบ้านไม่ให้ทดลองสูบบุหรี่ เพราะคนในครอบครัวที่ไม่สูบบุหรี่จะเป็นต้นแบบในการรักษาสุขภาพของตนเองและคนใกล้ชิด โดยบ้านเป็นสถานที่ส่วนบุคคลที่อยู่นอกขอบเขตของกฎหมายคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ที่จะบังคับใช้ได้ ดังนั้นบ้านจึงไม่ใช่สถานที่ที่ปลอดภัยจากควันบุหรี่มือสอง ทั้งนี้สำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้ทำการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากรไทย พ.ศ.2560 วิเคราะห์โดย ศจย. พบว่า จังหวัดที่ได้รับควันบุหรี่มือสองในบ้านอย่างน้อยเดือนละครั้งสูงสุดคือภาคใต้ที่จังหวัดสตูล ร้อยละ 52 รองลงมาคือ ภาคอีสานที่จังหวัดหนองบัวลำภู ร้อยละ 47 ภาคกลางที่จังหวัดชัยนาท ร้อยละ 46 และกรุงเทพฯ ร้อยละ 23

ผศ.ดร.จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ อาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร กล่าวถึง ‘มาตรการส่งเสริมบ้านปลอดบุหรี่’ บทความตีพิมพ์ ในวารสารวิชาการสาธารณสุข ปีพ.ศ.2563 ซึ่งได้รวบรวมข้อมูลทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ พบว่า มาตรการส่งเสริมบ้านปลอดบุหรี่ต้องพยายามทำให้สมาชิกในบ้านเลิกสูบบุหรี่สำเร็จหรือไม่สูบบุหรี่ในบริเวณที่กำหนดร่วมกัน เพื่อปกป้องสมาชิกคนอื่นๆ ในบ้านไม่ได้รับควันบุหรี่มือสอง โดยมาตรการส่งเสริมบ้านปลอดบุหรี่ส่วนใหญ่มีลักษณะผสมผสานมากกว่า 1 กิจกรรม ดังนี้ 1) ให้คำปรึกษาแบบเผชิญหน้า เช่น สัมภาษณ์รายบุคคลหรือกลุ่มย่อยเสริมสร้างแรงจูงใจให้สมาชิกในบ้านที่สูบบุหรี่เลิกสูบบุหรี่ หรือปรับเปลี่ยนสถานที่สูบบุหรี่เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบต่อสมาชิกคนอื่นๆ ในบ้าน 2) แจกสื่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับอันตรายของการได้รับควันบุหรี่ วิธีช่วยเลิกบุหรี่ และแนวทางลดการรับควันบุหรี่มือสองในบ้าน 3) ติดตามทางโทรศัพท์เพื่อกระตุ้นเสริมแรงให้สมาชิกในบ้านสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของตนเอง และ 4) ตรวจวัดการรับนิโคตินและสะท้อนข้อมูลกลับไปให้สมาชิกในบ้านร่วมรับรู้ เพื่อสร้างความตระหนักถึงความเสี่ยงอันตรายจากควันบุหรี่ในบ้านของตนเอง

ศ.นพ.รณชัย กล่าวต่อว่า เป็นห่วงความรุนแรงในครอบครัวจากพิษควันบุหรี่มือสองในบ้าน จึงสนับสนุนมาตรการส่งเสริมบ้านปลอดบุหรี่ในประเทศไทย โดยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้ 1) ภาครัฐควรกำหนดนโยบาย มาตรการบ้านปลอดบุหรี่ที่เป็นรูปธรรม เช่น ไม่มีคนสูบบุหรี่ในบ้าน ไม่มีคนได้รับควันบุหรี่มือสองในบ้าน หรือมีข้อตกลงร่วมกันเพื่อกำหนดเขตปลอดบุหรี่ภายในบ้าน ทั้งนี้เพื่อนำไปสู่การกำหนดนโยบายในการเฝ้าระวังและส่งเสริมบ้านปลอดบุหรี่ให้เป็นรูปธรรมและง่ายต่อการแปลงนโยบายไปสู่การปฏิบัติ และ 2) ภาคประชาสังคมควรรณรงค์มาตรการบ้านปลอดบุหรี่อย่างต่อเนื่องทางสื่อสาธารณะและจัดแคมเปญรณรงค์ทั้งในส่วนกลางและภูมิภาค ทั้งนี้เพื่อสร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการทำให้บ้านของตนเองปลอดภัยจากพิษควันบุหรี่