**Một số thông tin về tác hại của thuốc lá điện tử, thuốc lá nung nóng**

**1. Khái niệm:**

*Thuốc lá điện tử: (ENDs)*

Thiết bị thuốc lá điện tử bao gồm bộ phận pin, sạc; bộ phận gia nhiệt, dẫn dòng khí; bộ phận chứa ống đựng dung dịch điện tử.  Thuốc lá điện tử hoạt động bằng cách làm nóng dung dịch lỏng hòa tan, tạo ra dạng khí dung cho người dùng hít vào.

Thuốc lá điện tử có hai loại: (1) Loại ống chứa dung dịch nắp mở để người sử dụng có thể tự pha trộn, đổ, thêm dung dịch vào ống); (2) Loại ống chứa dung dịch đóng trong một ống kín có kích thước vừa vặn để lắp vào thiết bị điện tử, ống này chỉ sử dụng một lần).

*Thuốc lá nung nóng (HTPs):*

Hiện nay, một số tập đoàn thuốc lá trên thế giới đang giới thiệu loại sản phẩm thuốc lá mới, được giới thiệu với đặc tính là chỉ làm nóng ở nhiệt độ đủ cao để sinh ra các hạt khói/ làn khói cho người hút thuốc hít vào thông qua một thiết bị điện tử.  Thiết bị điện tử bao gồm bộ phận gia nhiệt làm nóng, điếu thuốc (hay đầu cắm) được sử dụng cùng nhau.

**2. Tác hại của thuốc lá điện tử và thuốc lá nung nóng đối với sức khỏe:**

Các sản phẩm thuốc lá mới hiện được các công ty thuốc lá giới thiệu là một sản phẩm ít hại hơn so với thuốc lá điếu thông thường. Tuy nhiên đây chỉ là các quảng cáo nhằm gây nhầm lần. Các bằng chứng đến thời điểm hiện tại cho thấy cả thuốc lá điện tử ENDs và thuốc lá nung nóng HTPs đều có chứa các thành phần độc hại, khi sử dụng đều có sự đốt cháy và có khói, hơi tỏa ra môi trường gây hại cho người xung quanh.

***Tác hại của thuốc lá điện tử***

- Thuốc lá điện tử chứa nhiều chất độc hại, gây nghiện, gây bệnh tật, tử vong. Theo Liên minh Kiểm soát thuốc lá Đông Nam Á (SEATCA) đa phần thuốc lá điện tử có chứa **Nicotine** - chất gây nghiện cao, là nguyên nhân gây các bệnh tim mạch, hô hấp, tiêu hóa, và ung thư. Sử dụng nicotine quá liều gây ngộ độc. Nghiện nicotine là một trong những nguyên nhân gây các bệnh tim mạch, đột quỵ

Đối với trẻ em và phụ nữ mang thai: Nicotine trong thuốc lá điện tử gây hại cho sự phát triển não bộ ở trẻ em vì não bộ của trẻ đang trong giai đoạn phát triển, Nicotine cũng ảnh hưởng xấu tới sức khỏe của bà mẹ và thai nhi trong thai kì, gây ra sinh non và thai chết lưu.

Đối với thanh thiếu niên: Những thay đổi do nicotine gây ra trong hệ thần kinh trong não khiến người dùng ở nhóm tuổi trẻ dễ bị nghiện nicotine hơn và vì thế ảnh hưởng đến sức khỏe sẽ đến sớm và trầm trọng hơn trong tương lai.

- Trong dung dịch thuốc lá điện tử còn có: **glycerin, propylene glycol** và hương liệu (có trên 15,500 các loại hương liệu). **Propylene glycol** (mặc dù được coi là an toàn trong thực phẩm nhưng không phải để hít) có thể tạo thành propylene oxide, một chất gây ung thư khi được đun nóng và hóa hơi. **Glycerin/Glycerin gốc thực vật**: khi được đun nóng và hóa hơi, tạo thành acrolein, gây kích ứng đường hô hấp trên.

Các chất độc hại trong thuốc lá điện tử còn liên quan đến nhồi máu cơ tim, gây tổn thương phổi.  Thời gian gần đây, số liệu từ các quốc gia cho thấy sử dụng thuốc lá điện tử gây các ca viêm phổi cấp nguy kịch (39 ca tử vong); động kinh, các bệnh về răng miệng, ngộ độc (>2.600 ca ở Mỹ, EU, Canada, Nam Triều Tiên); gây tai nạn thương tích (các vụ nổ/bỏng, chấn thương, gãy xương chiếm tới 2.035 ca ở Mỹ giai đoạn 2015-2017, trong đó có 2 ca tử vong);... Đây chỉ là các số liệu phát hiện được vì trên thực tế chưa có sự thống kê, nghiên cứu đầy đủ, có hệ thống về tác hại của thuốc lá điện tử như thuốc lá điếu thông thường.

- Thuốc lá điện tử tiện dụng với các ống dung dịch được đóng gói cho hàng trăm hơi hút, hầu như không có định lượng về nồng độ nicotine trong mỗi ml. Điều này dẫn đến nguy cơ người sử dụng tăng liều lượng, mức độ dung nạp nicotine và gây nguy cơ ngộ độc cấp tính.

- Thuốc lá điện tử sử dụng nhiều hương liệu, hóa chất không phải là từ nguyên liệu lá thuốc lá điếu thông thường. Nguyên liệu phối trộn nhiều loại thành phần khác nhau nên có thể bị lợi dụng để sử dụng ma túy thông qua việc phối trộn. Tại Việt Nam, tình trạng tội phạm ma túy trộn các loại may túy vào các sản phẩm thuốc lá điện tử và hướng vào đối tượng học sinh, sinh viên và giới trẻ đang rất phức tạp và một số vụ việc đã được điều tra, phát hiện.

***Tác hại của thuốc lá làm nóng:***

- Tổ chức Y tế thế giới khuyến cáo: Thuốc lá làm nóng tạo ra chất khí độc hại, có nhiều chất độc giống như trong khói thuốc lá điếu thông thường. Dù HTPs được nung ở nhiệt độ thấp hơn, nhưng vẫn tạo ra những hóa chất tương tự như trong khói thuốc lá (Acrolein, Volatile Organic Chemicals, Acetaldehyde, Carbon monoxide, Polycyclic Aromatic Hydrocarbons, Heavy metals, Formaldehyde... - một số hóa chất được xếp vào nhóm gây ung thư). Nồng độ một số hóa chất thấp hơn trong thuốc lá điếu thông thường, nhưng nồng độ một số hóa chất khác lại cao hơn, và nồng độ hóa chấp thấp không đồng nghĩa với giảm nguy cơ sức khỏe.

- Khói thuốc nung ngoài gây hại cho người hút thì còn gây tác hại cho người xung quanh do hút thuốc thụ động:

Thuốc lá làm nóng chứa nicotine là chất gây nghiện mạnh, có hại cho sức khỏe, đặc biệt đối với trẻ em, vị thành niên và phụ nữ có thai. Phơi nhiễm chất nitrosamines liên quan tới ung thư phổi, mũi, thực quản, gan, tuyến tụy và cổ tử cung. Phơi nhiễm chất aldehydes như formaldehyde có thể gây ung thư phổi và mũi, ngoài việc khiến cho phổi dễ bị nhạy cảm trước các nhiễm khuẩn. Phơi nhiễm carbon monoxide làm giảm việc cung cấp oxy tới tim làm tăng nguy cơ gây huyết khối, bệnh tim và đột quỵ. Phơi nhiễm acrolein góp phần làm tăng mảng bám trong mạch máu cũng như tạo huyết khối, tăng nguy cơ tim mạch và đột quỵ. Phơi nhiễm cũng gây tổn hại khả năng chống viêm của phổi.

**3. Tác hại về mặt xã hội, môi trường của thuốc lá điện tử và thuốc lá nung nóng**

- Thuốc lá điện tử, thuốc lá làm nóng hiện có xu hướng nhắm tới đối tượng là giới trẻ thông qua hình ảnh, phong cách tạo gu thẩm mỹ, xu hướng của giới trẻ, bán hàng qua mạng (bán qua app điện thoại thông minh, quảng cáo và mua bán trên internet ) là hình thức mà giới trẻ thường sử dụng, ảnh hưởng xấu đến sức khỏe, môi trường, lối sống, hành vi của giới trẻ.

- Thuốc lá điện tử và thuốc lá làm nóng ảnh hưởng xấu tới thanh thiếu niên và cả những người hút thuốc lá. Đặc biệt, nguy cơ tiềm ẩn ảnh hưởng đến giới trẻ, nguy cơ sử dụng ma túy và các chất kích khác đồng thời với thuốc lá điện tử nghiêm trọng hơn rất nhiều so với thuốc lá điếu thông thường.Do đó, cần phòng ngừa việc sử dụng thuốc lá điện tử ENDs và thuốc lá làm nóng HTPs ở những người chưa hút, đặc biệt là trẻ em, thanh thiếu niên.

**Nguồn: *Quỹ Phòng, chống tác hại của thuốc lá***