

# Khói Thuốc Gián Tiếp

(Vietnamese: Exposure to Secondhand Smoke)

Điều đáng sợ hơn nữa là khi ở trong cùng một phòng với những người hút thuốc, những người không hút thuốc hít thở khói thuốc vào sẽ có nhiều chất ni-cô-tin trong máu và nước tiểu hơn người hút thuốc. Khi nào có một người hút thuốc trong nhà, trong văn phòng hay trường học, những người ở gần người hút thuốc sẽ hít khói độc vào cơ thể họ, ngay cả khi trong phòng có mở máy lạnh.

## Hít thở khói thuốc có hại cho gia đình bạn

Chúng ta ở nhà nhiều hơn những nơi khác. Vì thế ý tưởng về việc những chất độc hại gây ung thư lưu thông trong nhà hay căn hộ của chúng ta là một điều bức bối. Theo Cơ quan Bảo vệ Môi trường, đó chính là điều sẽ xảy ra khi có một người đốt một điếu thuốc trong nhà.

Những người bị ảnh hưởng nhiều nhất là trẻ em. Vì cơ thể của chúng nó vẫn còn phát triển, hít thở các chất độc từ khói thuốc sẽ đưa đến nguy cơ về đường hô hấp và cản trở việc tăng trưởng phổi của chúng. Thêm vào đó, các ảnh hưởng này sẽ kéo dài trong suốt đời của chúng.

Hệ thống thông gió trong nhà không thể lọc và lưu thông tất cả khói thuốc. Thở khói thuốc ra xa nơi có trẻ em, đi vào một phòng khác để hút thuốc, và mở cửa sổ cũng có thể giúp đỡ làm giảm thiểu phần nào việc trẻ em hít thở khói thuốc nhưng cũng không thể bảo vệ chúng khỏi nguy hại của khói thuốc.

## Hệ Thống Thông Gió Không Thể Lọc Sạch Khói Thuốc

### Sự Thật Về Khói Thuốc Qua Người Khác

- Khói thuốc do người khác hút là sự tổng hợp của hàng ngàn hóa chất gây chết người trong đó có hơn 50 chất gây ung thư và 200 chất độc khác.
- Khói thuốc do người khác hút làm chết hơn 53,000 người không hút thuốc ở Mỹ mỗi năm và gây ung thư, bệnh tim, chứng chết thành linh ở trẻ em, và nhiều bệnh hoạn nghiêm trọng khác.

### Sự Thật Về Hệ Thống Thông Gió

- Hệ thống thông gió không có hiệu lực vì kỹ thuật của nó không cho phép lọc không khí có chất sinh ung thư trong khói thuốc.
- Ngay cả khi chúng ta không ngửi hoặc thấy khói thuốc, những hóa chất gây ung thư vẫn còn ở trong không khí.
- Công ty chế tạo hệ thống thông gió Honeywell đã thú nhận rằng hệ thống thông gió là một sản phẩm “tiện nghi” chứ không phải dành cho sức khỏe.

---

## Asian American Anti-Smoking Foundation 亞美反菸基金會 Hội Á-Mỹ Chống Hút Thuốc 아시안 아메리칸 흡연 방지 협회

Supported by a grant from the Maryland Department of Health and Mental Hygiene  
Center for Health Promotion, Education, and Tobacco Use Prevention  
With funds provided by the Maryland Cigarette Restitution Fund

