

# Khói Thuốc Gián Tiếp

(Vietnamese: Secondhand Smoke)

Khói thuốc gián tiếp là khói thuốc được thải ra từ đầu thuốc lá khi đang bị đốt cháy. Khi người không hút thuốc hít khói thuốc vào, việc hít thở đó gọi là “hút thuốc thụ động”.

Khi một điếu thuốc được đốt cháy, có hai loại khói thuốc có hại thải vào không khí:

- 1) **Khói thuốc chính (Mainstream Smoke)** là khói được người hút thuốc hít qua điếu thuốc đang đốt cháy. Nếu có đủ không khí, việc đốt cháy sẽ hoàn toàn hơn. Vì thế, nhiệt độ lúc đó có thể lên đến 950 độ C.
- 2) **Khói thuốc phụ (Sidestream Smoke)** là khói thuốc thải vào không khí khi thuốc đang đốt cháy. Việc đốt cháy sẽ không toàn, vì thế nhiệt độ chỉ lên đến 350 độ C. Việc phân tích hóa chất cho chúng ta biết rằng khói thuốc phụ sinh ra nhiều khí có hại và các hóa chất gây ung thư. Khói thuốc gián tiếp gồm có phần lớn của khói thuốc phụ hoặc một phần của khói thuốc phụ.

Trong tháng hai năm 1993, một bản báo cáo từ Cơ quan Bảo vệ Môi trường Hoa Kỳ kết luận rằng các hợp chất (ni-cô-tin, hắc ín, khí cacbonic, amoniac, v.v...) có trong khói thuốc phụ 20 lần nguy hiểm hơn khói thuốc chính. Phần lớn các hóa chất gây ung thư là do từ khói thuốc đã không được đốt cháy hết, đó là lý do tại sao khói thuốc gián tiếp có hại hơn là khói thuốc những người hút thuốc hít vào khi họ hút thuốc.

## Khòì Thuoác Giàuì Tieáp Laø Gì ?

- **Khói thuốc gián tiếp** là khói thở ra từ buồng phổi của người hút thuốc và khói thuốc đến từ thuốc lá, xì-gà hay thuốc ống. Khói thuốc đến từ thuốc lá đang hút có những hóa chất có hại.
- **Khói thuốc gián tiếp** là nguyên nhân của khoảng 3,000 cái chết mỗi năm vì bệnh ung thư phổi cho người không hút thuốc.
- **Khói thuốc gián tiếp** gây khó chịu cho mắt, mũi, và họng.
- **Khói thuốc gián tiếp** cũng có thể làm khó chịu cho phổi, bị ho, có đàm nhiều và khó chịu ở ngực.
- **Khói thuốc gián tiếp** - Ước tính khoảng 35,000 người không hút thuốc bị chết mỗi năm vì bệnh tim do hít thở khói thuốc của những người khác.

## Khói Thuốc Gián Tiếp Có Hại Cho Trẻ Em

- Trẻ em hít thở **khói thuốc** của người khác dễ bị viêm phổi, viêm cuống phổi, và những bệnh về phổi khác.
- Trẻ em hít thở **khói thuốc** của người khác dễ bị nhiễm trùng ở tai hơn.
- Trẻ em hít thở **khói thuốc** của người khác dễ bị bệnh suyễn.
- Trẻ em bị bệnh suyễn và hít thở **khói thuốc** của người khác dễ bị lên cơn suyễn hơn.
- Có chừng 150,000 đến 300,000 vụ nhiễm trùng, như là bị viêm cuống phổi và viêm phổi mỗi năm trong các trẻ em và trẻ em dưới 18 tháng vì hít thở **khói thuốc** của người khác. Kết quả là từ 7,500 đến 15,000 người phải nhập viện.

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

