

Chương trình

## SỨC KHỎE THANH THIẾU NIÊN VIỆT NAM PHÒNG CHỐNG TÁC HẠI THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ



Hiện nay, thuốc lá điện tử có nhiều tên gọi khác nhau như vape, thuốc lá vaporizer, e-cigs, e-hookahs, ... được thiết kế rất đa dạng, hình dáng có thể giống điều thuốc lá truyền thống hoặc hình bút, thỏi son. Với cơ chế sử dụng pin để làm nóng dung dịch lỏng, biến dung dịch này thành hơi, cùng những luồng khói có hương thơm để người sử dụng có thể hít vào phổi. Hầu hết các mẫu thuốc lá điện tử hiện nay sử dụng ống chứa dung dịch hóa học nhằm tạo ra mùi hương thơm nhân tạo (kẹo, trái cây, socola...) thu hút người dùng.

Thuốc lá điện tử (TLĐT) đang được rao bán công khai trên các trang mạng xã hội với lời quảng cáo không gây hại cho sức khỏe, tạo mùi thơm từ tinh dầu tỏa ra cùng làn khói bắt mắt khi hút, hấp dẫn hơn so với hút thuốc lá thông thường nên đã đánh trúng vào tâm lý của lứa tuổi mới lớn.

Một bộ phận giới trẻ đã chuyển qua hút, khiến thuốc lá điện tử đang trở thành trào lưu xấu, len lỏi mạnh vào các trường học. Nhiều học sinh có nhận thức sai lầm khi xem việc hút thuốc lá điện tử là cách thể hiện sự sành điệu, bắt “trend” của giới trẻ và nó không độc hại! Cũng từ đây kéo theo hàng loạt hệ lụy về sức khỏe, xã hội đáng lo ngại, ảnh hưởng đến cả một thế hệ tương lai của đất nước.

### **Hiểm họa từ thuốc lá điện tử - Giáo dục nhận thức là “tắm lá chắn” hữu hiệu**

Theo điều tra của Tổ chức Y tế thế giới, năm 2019, tỷ lệ sử dụng thuốc lá điện tử trong học sinh từ 15-17 tuổi tại Việt Nam là 2,6%.

Năm 2022, tỷ lệ sử dụng thuốc lá điện tử trong học sinh độ tuổi từ 13-15 là 3,5%.

Qua đó cho thấy độ tuổi hút TLĐT ngày càng trẻ hóa và có dấu hiệu gia tăng.

Công an thành phố Hà Nội khuyến cáo các gia đình, nhà trường cần quan tâm, sát sao với con em, học sinh để ngăn chặn các loại ma túy núp bóng TLĐT len lỏi vào giới trẻ. Nhà trường cần tổ chức thực hiện hiệu quả chương trình giáo dục về phòng, chống ma túy; phổ biến, giáo dục pháp luật về phòng, chống ma túy; tác hại của thuốc lá cho học sinh... giúp các em nói không với TLĐT.

Căn cứ Công văn số 6060/BGDĐT-GDTC ngày 31/10/2023 của Bộ GD&ĐT về việc triển khai các hoạt động thuộc Dự án “Sức khỏe thanh thiếu niên Việt Nam” năm 2023; Công văn số 4206/SGDĐT - CTTT - KHCVN ngày 13/11/2023 của Sở GD&ĐT Hà Nội về việc triển khai các hoạt động thuộc Dự án “Sức khỏe thanh thiếu niên Việt Nam” năm 2023; Thầy giáo Dương Hai Bảy Mươi, bí thư chi bộ, hiệu trưởng nhà trường đã nhận thấy *Trường học không chỉ chuyển tải kiến thức mà còn giáo dục, hình thành nhân cách học sinh, góp phần xây dựng môi trường phát triển lành mạnh, ngăn chặn tệ nạn xã hội xâm nhập*. Thầy đã cho xây dựng đội tuyên truyền gồm 16 thành viên, cô Trần Thị Hải Quỳnh phụ trách chung và ngày 13/05/2024 đội ra mắt với một chương trình rất ý nghĩa!



*Nguyễn Đức Toàn – 11D1*



*Đội tuyên truyền và những hình ảnh minh họa*

Với những kiến thức sâu, rộng của mình, đội tuyên truyền đã mang đến một sức nóng cho sân khấu. Những “thỏi son”, những “usb”, những gì ngớ... đã được các thành viên chỉ rõ và giúp học sinh có được những nhận thức đúng về thuốc lá điện tử và tác hại không lường hết của nó. Chất Nicotin - là chất độc nặng có trong thành phần thuốc trừ sâu, khi sử dụng sẽ ảnh hưởng nhiều đến sức khỏe, thần kinh và gây nghiện của thuốc lá điện tử. Khi sử dụng bạn sẽ bị “khóa chân” bởi chúng, lệ thuộc với chúng và chết vì chúng.

Dung dịch TLĐT còn chứa các chất hóa học phụ gia như Methyl salicylate, Glycerin, hay Propylene glycol, đây là các hóa chất có thể gây ung thư hoặc tổn thương phổi. Nhiều trường hợp sau khi sử dụng đã phải đi cấp cứu trong tình trạng ngộ độc, rối loạn tâm thần, thậm chí bị bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính phải đặt nội khí quản, thở máy... nguy hiểm đến tính mạng.



Thầy Hoàng Văn Việt, PHT nhà trường



## THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ

Trong TLĐT có chất ma túy tổng hợp thế hệ mới, pha vào cùng các loại tinh dầu, như chất ADB - Butinaca, thuộc nhóm chất cần sa tổng hợp, khi sử dụng gây ra ảo giác, tạo cảm giác “phê”, rất “ngầu”, lại “sành điệu”. Chính vì chất ma túy này không màu, không mùi, lại lẫn mùi của tinh dầu nên bằng cảm quan thông thường khó có thể nhận biết được. Chỉ người bán và đối tượng sử dụng mới biết được TLĐT có chất ma túy.

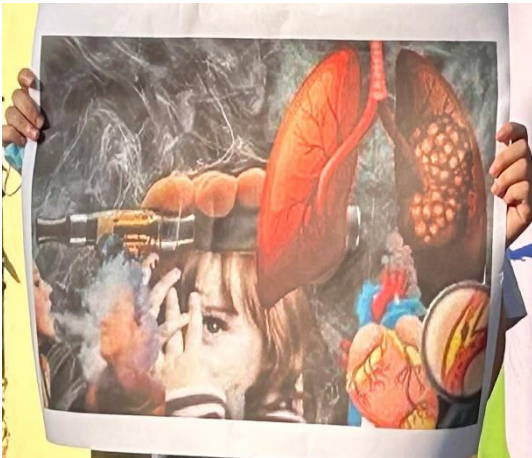
Sử dụng TLĐT trong thời gian dài sẽ gây ra các biểu hiện về thần kinh như lo âu, trầm cảm, ảo giác, hoang tưởng, gây ra các hiện tượng rối loạn cảm xúc, hành vi và nguy cơ cao mắc các bệnh về tim mạch, đột quỵ, ... ảnh hưởng rất lớn đến sức khỏe của thể hệ trẻ tương lai.

Ở lứa tuổi thanh thiếu niên, não chưa hoàn thiện, khó kiểm soát cảm xúc, dẫn đến vùng não tổn thương. Lạm dụng hoặc nghiện TLĐT là dễ dẫn đến nghiện các chất khác. Vì vậy, gia đình cần quan tâm, sát sao, gần gũi, tuyệt đối không nên để sử dụng TLĐT. Nếu thấy con có biểu hiện khó chịu, hành vi bất thường cần đưa đến cơ sở y tế để được thăm khám và tư vấn.

Trước những tác hại đó, đội kêu gọi mỗi học sinh của trường THPT Lý Thường Kiệt nói riêng và học sinh nói chung cần có những hiểu biết về TLĐT để phòng ngừa

tình trạng “núp bóng”, pha trộn, tẩm ướp các loại thực phẩm, thuốc lá ... xâm nhập vào học đường. Hãy giữ môi trường học đường lành mạnh và phát triển!

Việc ra đời Đội tuyên truyền “Sức khỏe thanh thiếu niên Việt Nam” là một việc làm rất có ý nghĩa. Bạn Phạm Bích Lương, lớp 10Q2, thành viên của đội tâm sự: “Tham gia lớp tập huấn đã giúp chúng tôi có thể hiểu biết thêm về Luật Phòng, chống tác hại thuốc lá. Từ đó nắm thêm những kiến thức khác để chúng tôi có thể về trường học và tổ dân phố tổ chức tuyên truyền tại các buổi sinh hoạt chi đoàn”.



Thế hệ trẻ chúng ta cần **TỰ NHẬN THỨC!**

**HÃY NÓI KHÔNG** với thuốc lá điện tử!

Chúng ta **HÃY “TIÊM” CHO** thế hệ trẻ một loại vắc xin, bảo vệ họ suốt đời!

Và hơn hết, đòi hỏi sự **CHUNG TAY** vào cuộc của các cấp, ngành chức năng, duy trì tốt mối quan hệ gia đình - nhà trường - xã hội trong việc tuyên truyền về những tác hại do thuốc lá gây ra.

*Đội tuyên truyền “Sức khỏe thanh thiếu niên Việt Nam”*

*Trường THPT Lý Thường Kiệt*