

จับเท็จ ไล่ทัน ข้ออ้างและคำลวง

เรื่อง “บุหรี่ไฟฟ้า”



เรื่องบิดเบือนและหลักฐานลวง เพื่อให้หลงเชื่อและวางใจใน “บุตรีไฟฟ้า” ได้ถูกเสกสรรปั้นแต่งขึ้นมากมาย และแพร่สะพัดอยู่ในพื้นที่สื่อทุกรูปแบบ จนขยายกว้างไกลออกไปทั่วโลก

นั่นคือ สาเหตุที่ทำให้นักวิชาการระดับแถวหน้าของโลกจำนวนหนึ่งลงมือวิเคราะห์เรื่องนี้อย่างจริงจัง จนนำมาสู่การชี้ให้เห็นถึง “ประเด็นที่ถูกบิดเบือน” ในเรื่องบุตรีไฟฟ้า ที่บริษัทบุตรีกล่าวอ้าง

ในเอกสารนี้ ได้เลือกสรรกลั่นกรองข้อเท็จจริงในเรื่องนี้ จากแพทย์ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญระดับแถวหน้าของโลก 2 ท่าน คือ ศาสตราจารย์ แสตตัน กลันซ์ (STANTAN GLANTZ) แห่งศูนย์วิจัยและควบคุมยาสูบ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยซานฟรานซิสโก ลอสแอนเจลิส สหรัฐอเมริกา และ ศาสตราจารย์ นพ.ประภิต วาทีสาวกกิจ ประธานมูลนิธิธรมรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ที่ได้ค้นคว้าข้อมูลจากแหล่งงานวิจัยที่เชื่อถือได้ทั่วโลกมาตรวจสอบ และไขข้อเท็จจริงให้สาธารณชนได้รับรู้

ต่อไปนี้เป็น 5 ประเด็นที่ถูกบิดเบือน และ 11 ข้ออ้าง ที่บริษัทบุตรีบอกกับใคร ๆ ถึงสรรพคุณของบุตรีไฟฟ้า ที่ถูกจับได้ไล่ทัน โดยผู้เชี่ยวชาญชั้นนำทั้ง 2 ท่าน

เพื่อให้เกิดความกระจ่างว่า
“ข้ออ้าง กับ ความจริง”
ในเรื่องนี้เป็นอย่างไรกันแน่

เรื่องบิดเบือนที่ 1 **X** บุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัยกว่า บุหรืธรรมดา 95%

ข้อเท็จจริง : คำกล่าวอ้างนี้เป็นความเห็นของ “ผู้เชี่ยวชาญ” ไม่กี่คน โดยไม่ได้มีการอ้างอิงหลักฐานสนับสนุนที่ชัดเจน อาศัยต้นตอแค่สมมติฐานจากรายงานของ NUTT ET AL และคณะ ที่เผยแพร่ตั้งแต่ ปี ค.ศ. 2014 ซึ่งยังมีงานวิจัยเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าไม่กี่ชิ้น ซึ่งได้รับการวิพากษ์วิจารณ์ว่า กระบวนการเตรียมเผยแพร่รายงานดังกล่าวมีปัญหาผลประโยชน์ทับซ้อนในกลุ่มผู้ที่ร่วมทำรายงานศึกษาบางคน

ที่สำคัญยิ่งกว่านั้นคือ หลังจากรายงานดังกล่าวเผยแพร่ กลับมีรายงานเพิ่มเติมที่แสดงถึงอันตรายที่สำคัญจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้า ว่าส่งผลกระทบต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด โดยมีความเสี่ยงการเกิดโรคปอด โรคหัวใจ และหลอดเลือด ซึ่ง 2 ใน 3 ของผู้ที่เสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ธรรมดา เกิดจากโรคปอด โรคหลอดเลือด และหัวใจ

ตัวอย่างคำกล่าวอ้างที่พบได้บ่อย ๆ ในเรื่องนี้



• **บุหรืไฟฟ้าอันตรายน้อยกว่าบุหรืธรรมดา**
นี่เป็นข้ออ้าง/ความเชื่อที่ยังไม่มีหลักฐานยืนยัน เนื่องจากบุหรืไฟฟ้าเพิ่งใช้แพร่หลายมาประมาณ 10 ปี อันตรายระยะสั้นมีรายงานทยอยออกมาตลอดเวลา ขณะที่อันตรายระยะยาวยังไม่รู้ บทเรียนจากบุหรืธรรมดา พบว่าต้องใช้เวลากว่าสิบปีกว่าที่อันตรายจากการสูบบุหรืจะปรากฏเต็มที่ ดังนั้น การจะสรุปว่าบุหรืไฟฟ้าอันตรายน้อยกว่าบุหรืธรรมดาจึงต้องรอการพิสูจน์ด้วยเวลาอีก 20-30 ปี

• **บุหรืไฟฟ้ามีสารพิษน้อยกว่า**
ถึงแม้เป็นความจริงที่บุหรืไฟฟ้ามีสารพิษน้อยกว่าบุหรืธรรมดา แต่ก็มีสารก่อมะเร็ง โลหะหนัก สารเคมีมากชนิดที่มีในควันบุหรืธรรมดา ที่สำคัญ มีสารเคมีหลายชนิดซึ่งไม่มีในควันบุหรืธรรมดา ที่ยังไม่รู้ถึงผลกระทบต่อสุขภาพ การที่มีสารพิษน้อยกว่าจึงไม่สามารถจะสรุปว่าอันตรายน้อยกว่า และบุหรืไฟฟ้าเพิ่งใช้กันมาประมาณ 10 ปี อันตรายระยะยาวจึงยังไม่รู้แน่ชัด

• **บุหรืไฟฟ้าไม่อันตรายต่อคนรอบข้าง**
ข้อเท็จจริง คือ ไอบุหรืไฟฟ้าที่คนสูบทันออกมา มีสารเคมี สารก่อมะเร็ง และฝุ่นละอองขนาดเล็กจำนวนมาก งานวิจัยพบว่าคนใกล้ชิดที่ได้รับไอบุหรืไฟฟ้า นอกจากได้รับนิโคตินแล้ว ยังได้รับสารเคมีอื่น ๆ และมีอาการทางเดินหายใจมากขึ้น ดังนั้น อันตรายมีแน่ และประเทศต่าง ๆ ห้ามสูบบุหรืไฟฟ้า ในทุกที่ที่ห้ามสูบบุหรื

เรื่องบิดเบือนที่ 2 **X** บุหรีไฟฟ้าทำให้เลิกสูบบุหรี่ได้มากขึ้น

ข้อเท็จจริง : การรวบรวมข้อมูลจากงานวิจัยต่าง ๆ หลายสิบชิ้นพบว่า การใช้บุหรีไฟฟ้าสัมพันธ์กับการเลิกสูบบุหรี่ได้น้อยลง แม้ว่าจะมีบางรายงานที่พบว่าทำให้เลิกสูบบุหรี่ได้มากขึ้น แต่ในภาพรวมแนวโน้มส่วนใหญ่พบว่า บุหรีไฟฟ้าทำให้เลิกสูบบุหรี่ได้น้อยลง

ตัวอย่างคำกล่าวอ้างที่พบได้บ่อย ๆ ในเรื่องนี้

- **บุหรีไฟฟ้าช่วยให้คุณเลิกสูบบุหรี่ธรรมดา**

แม้บุหรีไฟฟ้าช่วยให้คุณเลิกสูบบุหรี่ได้ แต่เป็นการทำภายใต้การวิจัยหรือการควบคุมของแพทย์ ไม่พบว่าช่วยให้เลิกบุหรีในการใช้โดยผู้สูบบุหรี่เอง ซึ่งยังทำให้เลิกสูบบุหรี่ได้น้อยกว่าคนที่ไม่ใช้บุหรีไฟฟ้าในการเลิก คนสูบบุหรี่ที่หันไปสูบบุหรีไฟฟ้าส่วนใหญ่กลายเป็นสูบทั้งสองอย่าง ซึ่งอันตรายมากกว่าการสูบบุหรีหรือบุหรีไฟฟ้าเพียงชนิดเดียวเสียอีก



- **บุหรีไฟฟ้าผลิตขึ้นมาเพื่อต้องการให้คุณเลิกสูบบุหรี**

ข้อเท็จจริงคือ “บุหรีไฟฟ้าถูกผลิตขึ้นมาเพื่อให้คนเสพติดบุหรีไฟฟ้า” ไม่ใช่เพื่อใช้ให้คุณเลิกสูบบุหรีธรรมดา เนื่องจากบุหรีไฟฟ้าได้รับการผลิตให้มีนิโคตินในระดับสูง

ถ้าต้องการให้ใช้เพื่อให้คุณเลิกสูบบุหรี ต้องผลิตให้มีนิโคตินระดับที่ต่ำ เหมือนกับระดับนิโคตินที่ต่ำในยาเลิกบุหรีที่ใช้กันอยู่

ปัจจุบันนี้ “*ยังไม่มีประเทศไหนที่ขึ้นทะเบียนรับรองให้บุหรีไฟฟ้าเป็นผลิตภัณฑ์ช่วยเลิกบุหรีแม้แต่ประเทศเดียว*”

- **บุหรีไฟฟ้าเลิกง่ายกว่าบุหรีธรรมดา**

งานวิจัยจากอเมริกา พบว่า นักเรียนมัธยมที่สูบบุหรีไฟฟ้าติดนิโคตินรุนแรงกว่าคนที่ติดบุหรีธรรมดา และคนสูบบุหรีไฟฟ้าที่ต้องการเลิกสูบมีแรงบังคับจิตใจที่จะเลิกน้อยกว่า เนื่องจากยังเชื่อว่าบุหรีไฟฟ้ามีอันตรายน้อยกว่า และบุหรีไฟฟ้ายังไม่เป็นที่รังเกียจของสังคมมากเท่าบุหรีธรรมดา ดังนั้น บุหรีไฟฟ้าจึงมีแนวโน้มที่จะเลิกยากกว่าบุหรีธรรมดา

เรื่องบิดเบือนที่ 3 ✕ การสูบบุหรี่ไฟฟ้าไม่ได้เป็นสื่อ นำไปสู่การสูบบุหรี่ธรรมดา

ข้อเท็จจริง : มีการรวบรวมข้อมูลจากงานวิจัยต่าง ๆ หลาย ๆ ชิ้น พบว่าสอดคล้องกัน 100% ระบุชัดเจน เด็กที่ไม่เคยสูบบุหรี่รวม เมื่อเริ่มเสพยาโคตินผ่านการสูบบุหรี่ไฟฟ้า มีความโน้มเอียงสูงที่จะพัฒนาไปสูบบุหรี่รวม มากกว่าเด็กที่ไม่ได้ใช้บุหรี่ไฟฟ้า 2-4 เท่า

อีกทั้งมีหลักฐานหนักแน่นแสดงว่า บุหรี่ไฟฟ้าดังครูดวัยรุ่นที่มีความเสี่ยงน้อยที่จะสูบบุหรี่รวมให้เข้ามาสูบบุหรี่ไฟฟ้า ทำให้เพิ่มการขยายตัวของจำนวนและขนาดตลาดการใช้นิโคติน (เพราะนิโคตินเป็นส่วนประกอบหลักใน บุหรี่ซิการ์แรตและบุหรี่ไฟฟ้า)

คำกล่าวอ้างที่พบได้บ่อย ๆ ในเรื่องนี้

• บุหรี่ไฟฟ้าผลิตขึ้นเพื่อคนที่สูบบุหรี่อยู่แล้วเท่านั้น

ข้ออ้างนี้ค้านกับการออกแบบหีบห่อ และการปรุงแต่งกลิ่นรสของบุหรี่ไฟฟ้า โดยมีการใช้สารปรุงแต่งกลิ่นรส ที่เด็กและเยาวชนชื่นชอบถึงมากกว่า 16,000 ชนิด อีกทั้งหีบห่อและอุปกรณ์สูบบังมีสวทหลายสีล้นที่ดึงดูดเยาวชนด้วย

นักเรียนชั้นมัธยมในอเมริกาที่เริ่มสูบบุหรี่ไฟฟ้า ร้อยละ 70 เพราะชอบกลิ่นหอมและรสชาติต่าง ๆ และนักเรียนที่สูบบุหรี่ไฟฟ้าถึง ร้อยละ 85 สูบชนิดที่ปรุงแต่งกลิ่นรส



บริษัทตั้ง สวททุกตัวอุปกรณ์ที่เยาวชน
ได้ตามความต้องการของผู้สูบ

• ไม่ต้องการให้เยาวชนสูบ

สมควรตั้งคำถามย้อนกลับว่า ถ้าไม่ต้องการให้เยาวชนสูบ ทำไมบริษัทผู้ผลิต จึงคัดค้านการออกกฎหมายที่ห้ามเติมสารปรุงแต่งกลิ่นรส...

ในสหรัฐอเมริกา ห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้าแก่คนที่อายุไม่ถึง 21 ปี แต่ข้อมูลใน ปี 2564 พบว่ามีนักเรียนชั้นมัธยมสูบบุหรี่ไฟฟ้าถึง 2.55 ล้านคน

ที่ผ่านมาบริษัทที่รัฐต่าง ๆ ในอเมริกาฟ้องบริษัทบุหรี่ไฟฟ้า ที่ทำการตลาดพุ่งเป้าไปที่เด็กนักเรียน บริษัทบุหรี่ยอมจ่ายเงินมากกว่า 16,000 ล้านบาท เพื่อยุติคดี

เรื่องบิดเบือนที่ 4 **X** **แม้บุหรี่ไฟฟ้าจะไม่ทำให้คนที่สูบบุหรี่เลิกสูบบุหรี่ แต่ก็ทำให้สูบบุหรี่ลดลง ซึ่งลดความเสี่ยงที่จะเกิดโรค**

ข้อเท็จจริง : ข้ออ้างนี้ก็ยังไม่มีความสนับสนุน ยิ่งไปกว่านั้นการสูบบุหรี่ระดับน้อย ๆ ก็ไม่ได้ทำให้ความเสี่ยงน้อยลง โดยเฉพาะการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด ที่แม้การสูบบุหรี่เพียงวันละไม่กี่มวน ก็มีอันตรายเท่ากับการสูบบุหรี่วันละ 20 มวน

ตัวอย่างคำกล่าวอ้างที่พบได้บ่อย ๆ ในเรื่องนี้

• บุหรี่ไฟฟ้าไม่เสพติด

ข้อควรพิจารณาคือ บุหรี่ไฟฟ้าที่ไม่เสพติด ต้องเป็นบุหรี่ไฟฟ้าที่ไม่มีนิโคติน แต่บุหรี่ไฟฟ้าที่ขายเกือบทั้งหมดกลับมีนิโคติน แม้กระทั่งบุหรี่ไฟฟ้าที่อ้างว่าไม่มีนิโคติน เมื่อตรวจสอบก็ยังพบว่ามีนิโคติน

ลองนึกถึงเหล้าที่ไม่มีแอลกอฮอล์ คนจะดื่มไหม เช่นเดียวกันกับคนที่สูบบุหรี่ทุกชนิดก็เพราะฤทธิ์ของสารนิโคตินที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาทนั่นเอง

• บุหรี่ไฟฟ้าไม่มีนิโคติน

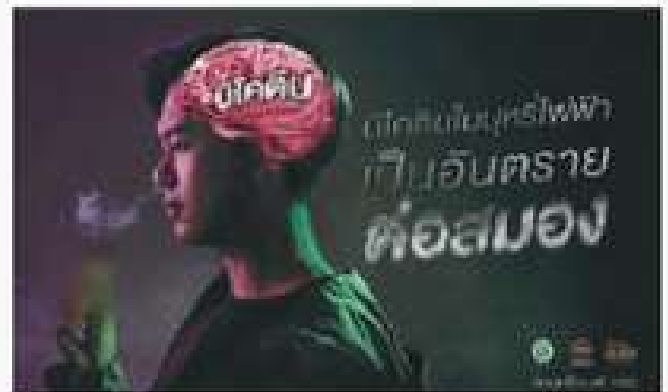
ตั้งข้อเท็จจริงที่ได้หยิบยกมาว่า บุหรี่ไฟฟ้าที่ขายเกือบทั้งหมดมีนิโคติน แม้แต่ยี่ห้อที่อ้างว่าไม่มีนิโคติน ตรวจสอบแล้วก็พบนิโคติน

การวิจัยยังพบว่า แม้บุหรี่ไฟฟ้าที่ไม่มีนิโคตินก็ทำให้เกิดการอักเสบของเซลล์เยื่อปอดคตมและหลอดเลือดฝอย โดยเป็นผลจากสารเคมี สารปรุงแต่งกลิ่นรส สารละลายที่ทำให้เกิดละอองไอ ที่ใช้ในกระบวนการผลิตบุหรี่ไฟฟ้า ซึ่งล้วนแต่เป็นสารเคมีแปลกปลอมของทางเดินหายใจและต่อร่างกาย

• บุหรี่ไฟฟ้าไม่เทรน

นั่นเป็นเพราะบริษัทบุหรี่ใช้สารปรุงแต่งกลิ่นรสถึงมากกว่า 16,000 ชนิด เพื่อให้บุหรี่ไฟฟ้ามักกลิ่นหอม ซึ่งเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้เด็กและเยาวชนคนอายุน้อยที่ไม่สูบบุหรี่ เข้ามาเริ่มสูบบุหรี่ไฟฟ้า

เด็กและเยาวชนที่สูบบุหรี่ไฟฟ้า มีความเสี่ยงที่จะพัฒนาต่อไปสูบบุหรี่ธรรมดา 2-4 เท่า ของเด็กที่ไม่ได้สูบบุหรี่ไฟฟ้า โดยเหตุการณ์แบบนี้มีคำเรียกว่า "GATEWAY EFFECT"



เรื่องบิดเบือนที่ 5 **X** **แม้นิโคตินจะเสพติด แต่ก็ไม่มี ความเสี่ยงอื่นที่สำคัญ**

ข้อเท็จจริง : นิโคตินเป็นสารพิษที่มีผลต่อการเจริญพันธุ์ แม้จะไม่ใช่อะไรที่ก่อมะเร็ง แต่นิโคตินเป็นตัวกระตุ้นการเติบโตของเซลล์มะเร็ง (TUMOR PROMOTER) และขัดขวางการตายของเซลล์ปกติ โดยไปกระตุ้นตัวรับสารนิโคตินิค อะเซทิลโคลีน (NICOTINIC ACETYLCHOLINE) และตัวรับเบตาอะดรีเนอร์จิก (β ADRENERGIC)

นอกจากนี้ นิโคตินยังเป็นตัวเสริมให้เกิดการสร้างเส้นเลือด (ATHEROSCLEROSIS) ทำให้เลือดไปหล่อเลี้ยงเนื้อเยื่อที่กำบังเติบโตเพิ่มขึ้น ทำให้เนื้อเยื่อโตเร็วขึ้น นิโคตินยังทำให้หลอดเลือดแข็งตัวเร็วขึ้น ทำให้อาการโรคปอดและโรคอื่น ๆ แย่ลงอีกด้วย



รู้ไหมว่า
คุณกำลังสูบอะไร
เข้าไปจากบุหรี่ไฟฟ้า

บุหรี่ไฟฟ้า
 มีสารเคมีอันตรายหลาย ๆ ชนิด
 ที่พบในน้ำยาทำความสะอาด น้ำยาล้างเล็บ
 ยาฆ่าวัชพืช และยาฆ่าแมลง

ดูรายละเอียดเพิ่มเติมจากเอกสารทั้ง 2 ชุดได้ที่



"บุหรี่ไฟฟ้า" 5 ประเด็นที่ถูกบิดเบือน

โดย ศ.แอสตันตัน กล้านซ์

<https://tobacco.ucsf.edu/five-myths-about-e-cigs-and-some-evidence-they-are-well-myths>



11 ข้ออ้างของบริษัทยาสูบ เรื่องบุหรี่ไฟฟ้า

โดย ศ.นพ.ประภัส วาศิสาชกิจ

<https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1359088/retrieve>

ข้อมูลอ้างอิง : 9789240032095-eng.pdf

