**TIN NGẮN: 10/10/2024**

**CHỦ ĐỀ: THỰC HIỆN THÁNG CAO ĐIỂM PHÒNG CHỐNG THUỐC LÁ- THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ**

***Mến chào các bạn!***

***Hôm nay, Mình là: Lê Uyên Nhi học sinh lớp 9a2 Đại diện liên đội trường THCS Mỹ Hòa triển khai đến các chi đội nội dung tuyên truyền đến 100% các bạn đội viên về tác hại của thuốc lá - thuốc lá điện tử và biện pháp phòng tránh.***

Hiện nay, tình trạng hút thuốc lá điện tử ở lứa tuổi học sinh đang ngày càng gia tăng( Đặc biệt trong đó có học sinh THCS), bởi các bạn trẻ coi đây như một trào lưu thời thượng, thể hiện sự sành điệu của bản thân. Nhưng các bạn đâu thể lường hết, trong thuốc lá điện tử chứa rất nhiều hóa chất độc hại gây nguy hại cho cơ thể con người, nếu sử dụng thường xuyên sẽ gây ra những hệ lụy khôn lường gây ảnh hưởng xấu tới lối sống, sức khỏe và tương lai của chúng ta.

Theo Bộ Y tế, tỷ lệ hút thuốc lá điện tử trong thanh, thiếu niên Việt Nam đang gia tăng nhanh chóng. Theo điều tra, tình hình sử dụng thuốc lá điện tử ở nhóm tuổi 13-15 vào năm 2022 là 3,5%, so với năm 2019 là 2,6%.Năm 2024 tăng lên 5,2%.

**Vậy,thuốc lá điện tử và hệ lụy cho sức khỏe ra sao?**

Theo các chuyên gia y tế cho biết, hai dạng điển hình của thuốc lá thế hệ mới là thuốc lá điện tử và thuốc lá nung nóng. Các sản phẩm này đều có chứa các thành phần hóa chất rất độc hại cho sức khoẻ con người.

+ Cụ thể, chất nicotine trong các sản phẩm này là chất gây nghiện mạnh làm cho người sử dụng sẽ trở nên phụ thuộc vào các sản phẩm thuốc lá thế hệ mới này, đồng thời việc sử dụng chúng có thể dẫn đến hoặc duy trì việc sử dụng các sản phẩm có chứa nicotine khác, bao gồm cả thuốc lá, **cũng như tăng nguy cơ sử dụng rượu, ma tuý và các chất gây nghiện khác.**

+ Nicotine có thể ảnh hưởng đến sự phát triển não bộ ở lứa tuổi thanh thiếu

niên và thậm chí có thể gây tổn thương bào thai (dẫn đến cân nặng sơ sinh thấp, tăng nguy cơ đẻ non và tăng nguy cơ hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh). ***Khói thuốc lá thế hệ mới có chứa các chất gây ung thư, làm tăng nguy cơ mắc ung thư phổi, ung thư thanh quản, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, đột quỵ, xuất huyết não, ung thư dạ dày… ở người sử dụng chúng.***

Hiện này, nhiều loại thuốc lá điện tử sử dụng các hương liệu tạo mùi thơm hấp dẫn (mùi bạc hà, cam, dâu tây, sô-cô-la, caramen…) có thể dẫn đến ngộ độc ở trẻ nhỏ do uống nhầm hoặc kích thích trẻ em, thanh thiếu niên sử dụng thuốc lá điện tử. ***Và đây là con đường dẫn đến việc sử dụng các chất gây nghiện khác bao gồm cả hút thuốc lá truyền thống, sử dụng rượu, bia, ma túy…***

Việc sử dụng thuốc lá điện tử còn có thể **gây tổn thương phổi không hồi phục.** Ngoài ra, các sản phẩm thuốc lá thế hệ mới do sử dụng pin để làm nóng và tạo ra dạng hơi, vì vậy cũng làm tăng nguy cơ bỏng và các tai nạn khác, bao gồm các vụ nổ từ thiết bị sạc điện bị lỗi hoặc sử dụng sai.

Đáng chú ý là khi các bạn ở độ tuổi thanh thiếu niên, do thể chất đang phát triển nên khả năng gây tác hại nhiều hơn so với người trưởng thành. Nguy hiểm hơn, lứa tuổi này lại có tâm lý thích tò mò nên càng dễ bị sa lầy. Nếu hút trong thời gian dài, thuốc lá điện tử sẽ gây nghiện và có thể gây ra ảnh hưởng tới sức khỏe các bạn, hậu quả lâu dài có thể ***gây rối loạn nhận thức, rối loạn cảm xúc, rối loạn tâm thần, trong đó ảnh hưởng nhiều nhất chính là suy giảm khả năng học tập.***

**Trên thực tế:** Trường chúng ta ngay từ đầu năm học đã có một số bạn lớp 8,lớp 9. Thậm chí là lớp 6 đã vi phạm về vấn đề sử dụng thuốc lá và thuốc lá điện tử . Nhà trường và GVCN đã bước đầu xử lí. ***Tôi khuyên các bạn hãy dừng lại đúng lúc khi nghĩ đến tác hại ghê gớm của nó.***

**Biện pháp phòng tránh:** Đơn giản nhất: **Các bạn thực hiện như thế nào?** Không gì khác hơn đó là mình tránh xa chất độc hại đó và tuyên truyền cho mọi người cùng thực hiện.

Trên đây là trang tin về tác hại của việc hút thuốc lá và thuốc lá điện tử của Liên đội Trường THCS Mỹ Hòa. Một lần nữa *để tránh gây ảnh hưởng cho sức khỏe và ảnh hưởng đến kết quả học tập, các bạn hãy tránh xa và tuyên truyền cho mọi người xung quanh biết về tác hạ khôn lường của nó.* Luôn tuyên truyền khẩu hiệu **“ THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ LÀ SỰ VÔ HÌNH CỦA SỰ ĐỘT TỬ”**

***Trang tin về phòng chống tác hại của thuốc lá điện tử đến đây là hết. Mến chào các bạn! Chúc các bạn có một buổi học vui vẻ và tràn đầy năng lượng.***

***TM Liên đội***

***Người đọc bản tin***

**Lê Nguyên Nhi**