

## LỢI ÍCH KHI BỎ THUỐC LÁ

- Khói thuốc lá làm thay đổi cấu trúc cũng như hoạt động của đường hô hấp. Nếu ngưng thuốc lá sớm, các thay đổi này sẽ hầu như biến mất.

- Khi mắc bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, cai thuốc lá không làm chức năng hô hấp trở lại bình thường nhưng có tác dụng như một phanh làm cho sự sụt giảm chức năng hô hấp chậm lại.

- Ngưng hút thuốc là làm giảm các cơn hen và giảm nguy cơ bị viêm nhiễm đường hô hấp.

## ĐỪNG ĐỂ KHÓI THUỐC LẤY ĐI HƠI THỞ CỦA BẠN



## THÔNG TIN LIÊN HỆ

**Địa chỉ trụ sở chính:** 125/61 Âu Dương Lân, Phường 3, Quận 8, Thành phố Hồ Chí Minh

**Email:** [ttsbhttp.syt@tphcm.gov.vn](mailto:ttsbhttp.syt@tphcm.gov.vn)

**Đường dây nóng:** 0869.577.133

**Website:** <https://hcdc.vn>

**Fanpage:** <https://www.facebook.com/ksbthcm/>

**Kênh Youtube:**

<https://www.youtube.com/channel/UCBFB5n8sUer1oMgk1dZYasg>

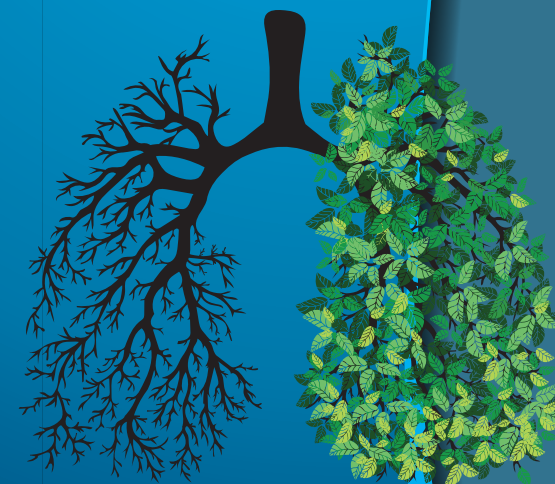


HCDC

SỞ Y TẾ TP. HCM  
TRUNG TÂM KIỂM SOÁT  
BỆNH TẬT THÀNH PHỐ

# THUỐC LÁ

và các bệnh lý đường hô hấp



# 1

## CÁC LOẠI CHẤT ĐỘC TRONG THUỐC LÁ

Khói thuốc lá có chứa 7000 chất hóa học chia làm 4 nhóm như sau:

- Oxyde carbon (CO): làm cho cơ thể không đủ oxy để sử dụng.

- Các chất có khả năng sinh ung thư như là benzopyrene, chlorua vinyl, naphthalene, ...

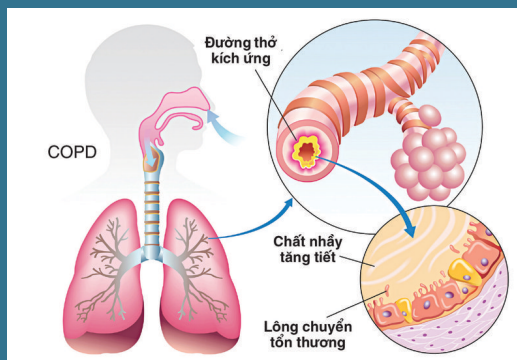
- Chất kích thích: aldehydes, acroleine, phenols, ... kích thích đường hô hấp và là nguồn gốc gây nên các bệnh hô hấp.

- Nicotine: gây ra các hiệu ứng tâm thần kinh, dẫn đến tình trạng nghiện thuốc lá.

# 2

## THUỐC LÁ GÂY HẠI CHO HỆ HÔ HẤP

- Hàng ngàn chất độc trong khói thuốc bắt đầu phá hủy hệ hô hấp
- Gây bài tiết nhiều đàm hơn.
- Làm giảm hoạt động của các tế bào có chức năng bài xuất chất nhầy ra khỏi đường hô hấp, làm cho chất độc vào phổi dễ hơn.
- Cản trở sự lưu thông trao đổi khí, giảm chức năng hô hấp.
- Tăng tính đáp ứng của đường thở khiến đường thở bị co thắt làm đường thở hẹp đi.
- Làm giảm sự phát triển của phổi và gây viêm tổ chức phổi ở trẻ nhỏ và thiếu niên.



### CHẤT ĐỘC TRONG KHÓI THUỐC ẢNH HƯỞNG LÊN TOÀN BỘ ĐƯỜNG HÔ HẤP

# 3

## NHỮNG BỆNH HÔ HẤP DO THUỐC LÁ GÂY RA

- Ung thư phổi
- Bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính (COPD).
- Bệnh hen.
- Nhiễm trùng đường hô hấp.
- Trẻ em có bố mẹ hút thuốc lá bị bệnh đường hô hấp nhiều hơn trẻ em có bố mẹ không hút thuốc.



### KHÓI THUỐC GÂY HẠI CHO NGƯỜI HÚT VÀ CẢ NGƯỜI HÍT PHẢI KHÓI THUỐC