

การทบทวนวรรณกรรม เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และการรับรู้ต่ออันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า Factors Associated with and Perceptions of the Risks of E-Cigarettes : A Literature Review

ชญัตชา บุญรัตน์^{1*}, พันธะกานต์ ยืนยง¹, นิชชารีย์ ปิริยจารัตชัย²

¹สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี

²โรงพยาบาลกลาง สำนักการแพทย์

Channutcha Boonrat^{1*}, Phanthakan Yuenyong¹, Nitcharee Piriyaajaratchai²

¹Department of Public Health, faculty of Allied Health

Science Pathum thani University

²Klang Hospital Medical Service Department

*Corresponding author: Channutcha.i@ptu.ac.th

Received: 6 March 2025; Revised: 29 April 2025; Accepted: 30 April 2025; Published: 16 May 2025

บทคัดย่อ

บุหรี่ไฟฟ้าหรือ บุหรี่อิเล็กทรอนิกส์ (Electronic cigarette หรือ E-cigarette) ทุกประเภทเริ่มแพร่หลายโดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นด้วยความเชื่อจากการโฆษณาชวนเชื่อว่ามีสารนิโคตินไม่มีอันตรายต่อตนเองและคนรอบข้าง สูบแล้วไม่ติด ทำให้มีนักสูบหน้าใหม่เข้าไปทดลองใช้มากขึ้น อย่างไรก็ตามเมื่อได้ทำการสูบบุหรี่ไฟฟ้าแล้วจะนำสารนิโคตินเข้าสู่ร่างกายจึงทำให้เกิดการเสพติดขึ้นได้ การสูบบุหรี่นั้นจะได้รับการโฆษณาจากหนังสือและภาพยนตร์ซึ่งส่งผลต่อความรู้สึกของเยาวชนที่คิดว่าเท และเป็นจุดเด่นจึงทำให้เริ่มมีการลองใช้บุหรี่ไฟฟ้า โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันเป็นที่นิยมในวัยรุ่นเพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่เข้าสู่เทคโนโลยีได้ง่ายและบุหรี่ไฟฟ้าอาจสร้างความเชื่อที่ผิดกับวัยรุ่นไทย เช่น โก่โก้ ทันสมัย เนื่องจากรูปลักษณ์สวยงาม ราคาแพง ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพและไม่เป็นที่รังเกียจของคนรอบข้างเพราะไม่มีการเผาไหม้และไม่มีการกลืนจากการเผาไหม้ แต่ในความเป็นจริงพบว่า บุหรี่ไฟฟ้าสามารถทำให้ผู้สูดติดได้และสารนิโคตินที่มีอยู่ในบุหรี่ไฟฟ้าจะถูกสูดเข้าสู่ปอดด้วยปริมาณที่มากกว่าบุหรี่ทั่วไป

นอกจากนี้ยังพบว่าความรู้ การรับรู้ มีความสัมพันธ์ต่อการสูบบุหรี่ไฟฟ้าจากการทบทวนวรรณกรรมจากต่างประเทศ และในประเทศไทย แสดงให้เห็นเยาวชนยังขาดความรู้ และ ทักษะคิดเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ไฟฟ้าที่ยังไม่ถูกต้อง รวมทั้งในช่วงเวลาที่ผ่านมาพบประเด็นในเรื่องความรอบรู้ทางสุขภาพกำลังเป็นประเด็นที่ศึกษาเป็นที่กว้างขวาง ประกอบด้วยทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ทักษะความรู้ ความเข้าใจ ทักษะการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ โดยเฉพาะการรู้เท่าทันสื่อสืบเนื่องจากปัจจุบันการรับรู้สื่อข้อมูลข่าวสารต่างๆ เป็นไปอย่างง่ายดาย

มาก ดังนั้นบทความวิจัยที่ผู้ศึกษาได้รวบรวมนำมาเพื่อหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องหรือเป็นสาเหตุของการเข้าถึงบุหรี่ไฟฟ้า มาพัฒนาเป็นเครื่องมือวัดความรู้ทางสุขภาพ เพื่อศึกษาสาเหตุของการที่เยาวชนสูบบุหรี่ไฟฟ้าเพราะสาเหตุใด และนำผลที่ได้มาพัฒนาเป็นโปรแกรมเพื่อส่งเสริมป้องกันการสูบบุหรี่ต่อไป

คำสำคัญ: การทบทวนวรรณกรรม, บุหรี่ไฟฟ้า, อันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า

Abstract

Electronic cigarettes, or e-cigarettes, have rapidly gained popularity across all types, particularly among adolescents. This rise is driven by misconceptions propagated through advertising, which claim that e-cigarettes are free from nicotine, harmless to both users and those around them, and non-addictive. Such beliefs have encouraged first-time users, especially youths, to experiment with e-cigarettes. However, once used, e-cigarettes introduce nicotine into the body, leading to addiction. The promotion of e-cigarettes in films and media has further influenced the perception among adolescents that using them is fashionable and enhances social standing, prompting greater experimentation. In contemporary society, e-cigarettes have become increasingly popular among adolescents, a demographic with easy access to technology. These devices often foster false beliefs among Thai youths, portraying them as trendy, modern, and safe. With their attractive designs, high prices, and claims of being non-offensive due to the absence of combustion and unpleasant odors, e-cigarettes are perceived as less harmful. However, in reality, e-cigarettes can cause addiction, and the nicotine present in them is inhaled into the lungs in greater quantities than from traditional cigarettes.

Furthermore, studies indicate that knowledge and perception are significantly linked to e-cigarette use. A review of literature from both international and Thai contexts reveals that adolescents lack accurate knowledge and attitudes concerning e-cigarettes. Recently, health literacy has emerged as a widely studied topic. It encompasses skills such as accessing, understanding, and communicating health information—particularly media literacy—given the ease of accessing diverse information sources in the modern age. This academic research aims to identify factors influencing or causing access to e-cigarettes. The findings are used to develop tools for measuring health literacy, which, in turn, can investigate why adolescents use e-cigarettes. The results will be utilized to create programs aimed at promoting the prevention of e-cigarette use.

Keywords: Literature Review, E-cigarettes, Risks of E-cigarettes.

บทนำ

บุหรี่ไฟฟ้า (Electronic cigarette หรือ E-cigarette) คือ เครื่องมือที่สร้างขึ้นเพื่อให้ใช้น้ำยาบุหรี่ไฟฟ้า (e-liquid) ซึ่งประกอบด้วย สารนิโคติน เกิดความร้อนจนสามารถระเหยเป็นไอละอองขึ้นมา จึงเรียกรวมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าว่า “vaping” ผู้สูบบุหรี่จะรับสารนิโคตินแบบเหลวผ่านการระเหยด้วยความร้อนจากไฟฟ้า เข้าสู่ร่างกายโดยไม่มีการเผาไหม้ใบยาสูบ อันตรายจากสารเคมีของบุหรี่ไฟฟ้านอกจากจะมีสารนิโคตินที่มีอนุภาคนาโนการเสกตติสูงกว่าเฮโรอีนแล้ว ผู้เสพยังสามารถเพิ่มสารนิโคตินในการสูบแต่ละครั้งได้สูงกว่าบุหรี่ยี่ห้อธรรมดา นอกจากการเสกตติ นิโคตินยังส่งผลต่อร่างกาย เช่น ทำให้อัตราการเต้นของหัวใจสูง ความดันโลหิตสูง มีภาวะหลอดเลือดสมองหดตัวเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมอง ด้วยสารเคมีในบุหรี่ไฟฟ้าประกอบไปด้วยโลหะหนักต่างๆ เช่น นิเกิล โครเมียมที่มีพิษต่อปอดแคดเมียมที่มีพิษต่อไต สารก่อมะเร็ง เช่น เบนซีน อะเซตัลดีไฮด์ ฟอร์มัลดีไฮด์ (บังอร ฉางทรัพย์, 2558) สารเคมีบางชนิดซึ่งเป็นส่วนประกอบหลักของตัวทำละลายของเหลวที่ใช้ในบุหรี่ไฟฟ้า เมื่อโดนความร้อนเป็นไอน้ำเพื่อเสกจะแปรเปลี่ยนเป็นสารก่อมะเร็งได้ คือ ไดเอทิลีนไกลคอล และสารกลีเซอรอล สารแต่งกลิ่นผลไม้เพื่อทำให้นักสูบหน้าใหม่เกิดความชอบบุหรี่ไฟฟ้ามีการปลดปล่อยอนุภาคนาโนขนาดเล็กมาก อาทิเช่น ฝุ่นละออง PM 2.5 และ สารอื่นๆ ที่มีอนุภาคระดับนาโนที่แทรกซึมไปยังอวัยวะต่างๆ ในร่างกายและก่อให้เกิดอันตราย จากที่ศึกษาและรวบรวมข้อมูลการศึกษาอันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า ตรวจพบสารไดอะซีติล ซึ่งมีผลต่อการอุดตันในปอด (Bronchiolitis Obliterans) และโรคทางเดินหายใจจากการหายใจไอระเหย หรือโพรพิลีน ไกลคอล เมนทอล (Menthol) ไซโคลเฮกซานอล (Cyclohexanol) ไตรอะซีติน (Triacetin) อนุพันธ์ของเบนซีน (Benzene derivatives) สารประกอบคาร์บอนิลประเภท ฟอรั่มอลดีไฮด์ และอะซีตัลดีไฮด์ (Wang Y. et al., 2017) โลหะหนักที่เป็นสารก่อมะเร็ง ได้แก่ โครเมียม (Chromium) สารหนู (Arsenic) และ แคดเมียม (Cadmium) ตะกั่ว (Lead) เป็นต้น ในไอระเหยในน้ำยาบุหรี่ไฟฟ้า มีผลต่อการเกิดมะเร็ง และมีผลทำลายเซลล์สมองในกรณีที่สูดไปเป็นระยะเวลานานและสามารถสะสมในเนื้อเยื่อปอดได้ (Olmendo, P., et al., 2018)

การสืบค้น และวิเคราะห์เนื้อหา

1. การวิจัยนี้ใช้วิธีการทบทวนอย่างเป็นระบบ (Systematic review) ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยและแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้และป้องกันการสูบบุหรี่ไฟฟ้า ในกลุ่มเยาวชน และวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยกำหนดแหล่งสืบค้นข้อมูลจากรายงานบทความจากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ (electronic database) ประกอบด้วย

- **งานวิจัยต่างประเทศ** ทำการสืบค้นจากฐานข้อมูลหลัก 2 ฐาน ประกอบด้วย PubMed ScienceDirect และ google scholar ตั้งแต่วันที่ ค.ศ.2011-2021 ด้วยคำสำคัญ คือ บุหรี่ไฟฟ้า (E-cigarettes) ความรู้ (knowledge) ทศนคติ (Attitude) การรับรู้ (Perception) และความรอบรู้ทางสุขภาพ (Health literacy)
- **งานวิจัยในประเทศ** ทำการสืบค้นจากฐานข้อมูลหลักในประเทศ TCI ทั้งฐาน 1 และ 2

เกณฑ์การคัดเข้า/ คัดออก (Inclusion criteria)

ในการรวบรวมข้อมูลวิจัยเพื่อนำมาทำการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ โดยใช้เกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัย PICO's โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

เกณฑ์คัดเข้าตามการวิจัยเชิงปริมาณ (PICO)	เกณฑ์การคัดเข้าตามการวิจัยเชิงคุณภาพ (PICO)
P (Population or problem) กลุ่มวัยรุ่นอายุ 11 ปี ขึ้นไป ที่สูบบุหรี่ไฟฟ้า	P (Population or problem) สาเหตุหรือปัจจัยที่ทำให้เยาวชนติดบุหรี่ไฟฟ้า
I (Intervention or exposure) - ศึกษาตัวแปรที่สนใจ	I (Intervention or exposure) ศึกษาประสบการณ์ของการป้องกันการสูบบุหรี่ไฟฟ้า
C (comparison or control) - กลุ่มควบคุม	Co (context) ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับประเด็นเนื้อหา ที่เกี่ยวข้องกับ การสูบบุหรี่ เพื่อนำไปวางแผนป้องกันการสูบบุหรี่ ไฟฟ้า
O (Outcome) - ความรู้ ทักษะ การรับรู้ การสูบบุหรี่ไฟฟ้า	

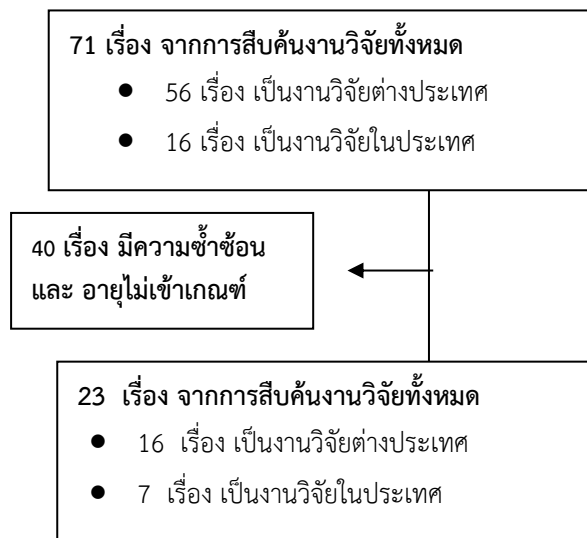
ส่วนรายงานเกณฑ์คัดออก (Exclusion criteria) มีดังต่อไปนี้

1. รูปแบบการศึกษาในกลุ่มผู้สูบบุหรี่ทั่วไป
2. ไม่ใช่รายงานการวิจัยฉบับเต็ม หรือมีแค่บทคัดย่อ
3. งานวิจัยที่เป็นภาษาอื่นที่ไม่ใช่ภาษาอังกฤษและภาษาไทย
4. กรณีที่เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณจะต้องไม่เป็นเพียงแต่การศึกษา ร้อยละ แจกแจงความถี่

และจะต้องมีกลุ่มตัวอย่างที่เพียงพอต่อการคำนวณค่าขนาดอิทธิพล และงานวิจัยเชิงคุณภาพ จะได้ประเด็นที่สำคัญ สรุปได้สาระ แก่นเรื่อง (theme)

งานวิจัยบุหรี่ไฟฟ้าต่างประเทศศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้ แนวทางการป้องกัน ผู้ศึกษาได้ทำการรวบรวมบทความวิจัยได้ทั้งหมด 56 เรื่อง นำมาคัดกรองจากหัวข้อเรื่อง บทคัดย่อ และบทความฉบับเต็ม เหลือบทความที่ตรงเกณฑ์ที่กำหนด (อายุอยู่ในเกณฑ์ และ เป็นเรื่องที่ศึกษาในผู้สูบบุหรี่ไฟฟ้า) คัดจนเหลือจำนวน 16 บทความ

งานวิจัยบุหรี่ในประเทศที่ศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้ แนวทางการป้องกัน ผู้ศึกษาได้ทำการรวบรวม บทความวิจัยได้ทั้งหมด 15 เรื่อง นำมาคัดกรองจากหัวข้อเรื่อง บทคัดย่อ และบทความฉบับเต็ม จนสุดท้ายเหลือบทความที่ตรงเกณฑ์ที่กำหนดนำมาใช้ในการทบทวนทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับบุหรี่ไฟฟ้า จำนวน 7 บทความ ซึ่งประกอบด้วยบทความวิจัยในไทย และ ต่างประเทศ



ภาพที่ 1 แสดงการคัดกรองผลงานวิจัยที่เข้าเกณฑ์

ในการจัดกลุ่มบทความที่สอดคล้องตามหัวข้อเนื้อหา 3 ประเด็น ดังนี้

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการสูบบุหรี่ไฟฟ้า

การใช้บุหรี่ไฟฟ้าและอุปกรณ์สูบไออื่นๆ ของวัยรุ่น และผู้ใหญ่ตอนต้น ถือเป็นเรื่องปัญหาสุขภาพเร่งด่วน เนื่องจากการได้รับสารนิโคตินผ่านการระเหยด้วยความร้อนจากไฟฟ้าเข้าสู่ร่างกาย ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาอีกมากมาย บุหรี่ไฟฟ้าได้เข้ามาเกี่ยวข้องกับวัยรุ่นทั้งที่มีประวัติสูบบุหรี่และไม่สูบบุหรี่ จากสำรวจการใช้บุหรี่ในวัยรุ่นโดยศูนย์ป้องกัน และควบคุมโรคของสหรัฐอเมริกา พบว่าการใช้บุหรี่ไฟฟ้าในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและ มัธยมศึกษาตอนปลายเพิ่มสูงขึ้นเป็นสองเท่าจากปี ค.ศ. 2011 ถึง ปี ค.ศ. 2012 จากร้อยละ 4.7 เป็นร้อยละ 10.0 (Centers for Disease Control and Prevention, 2021)

จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการใช้บุหรี่ไฟฟ้าในวัยรุ่น คือ เพศ การยอมรับของกลุ่มเพื่อน ความไม่พอใจของชีวิตในโรงเรียน มีสมาชิกในครอบครัวสูบบุหรี่ และเคยสูบบุหรี่มาก่อน (Cho, J.H., et al., 2011) เมื่อได้ทดลองสูบจนมีอาการติดแล้วเมื่อมีผลิตภัณฑ์ใหม่ก็อยากรู้ อยากลองจึงทำให้เกิดการทดลองใช้ขึ้น และบุหรี่ไฟฟ้าสามารถหาซื้อได้ง่ายทั่วไปในอินเทอร์เน็ต และมีรูปแบบของอุปกรณ์ที่หลากหลาย และมีการโฆษณาชวนเชื่อที่ชัดเจนว่าสามารถช่วยเลิกบุหรี่ได้ (ปิยวรรณ บุญเพ็ญ และคณะ, 2562) ทั้งหมดเป็นปัจจัยเร่งให้วัยรุ่นอยากทดลองใช้บุหรี่ไฟฟ้า กลวิธีทางการตลาดโดยใช้คนดังในสังคมในการส่งเสริมการขาย และทำให้วัยรุ่นรับรู้ว่าจะสามารถใช้บุหรี่ไฟฟ้าในที่สาธารณะได้ โดยที่วัยรุ่นไม่ได้ตระหนักเลยว่าจะทำให้เขาติดนิโคตินได้ (Pepper J.K. et al., 2013) กระบวนการหนึ่งในการเข้าสู่วงจรการสูบบุหรี่ไฟฟ้าส่วนใหญ่เกิดจากการมีประสบการณ์ในการสูบบุหรี่ธรรมดา ร่วมกับการเห็นตัวอย่างบุคคลสูบ และการได้รับโฆษณาชวนเชื่อจากร้านค้าผ่านทาง Social Media ทุกประเภท โดยทำให้การเข้าถึงสินค้าทำได้ง่ายและมี การส่งเสริมการตลาดอย่างแพร่หลาย มีการกระจายข่าวและสร้างความเชื่อว่าสูบง่ายไม่มีนิโคติน

สูบได้ทุกที่ สูบแล้วหอม ไม่รบกวนใครและสามารถทดแทนการสูบบุหรี่ในที่ห้ามสูบได้ โดยเฉพาะกับกลุ่มเยาวชนด้วยความเชื่อจากการรับโฆษณาชวนเชื่อว่ามีนิโคตินไม่มีอันตรายต่อตนเองและคนรอบข้าง สูบแล้วไม่ติดทำให้ในปัจจุบันมีนักสูบหน้าใหม่เข้าไปทดลองใช้มากขึ้น ความอยากรู้อยากลองร่วมกับการขาดความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าและความเชื่อผิดๆบางประการในการต้องการเลิกสูบบุหรี่ธรรมดาจึงทำให้เกิดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าขึ้น แต่เนื่องจากบุหรี่ไฟฟ้ามีคุณสมบัติที่ด้อยกว่าบุหรี่ธรรมดาทั้งเรื่องคุณสมบัติและราคา จึงทำให้ส่วนใหญ่กลับไปสูบบุหรี่เช่นเดิมและยังคงทำให้ไม่สามารถเลิกบุหรี่ได้ แนวทางในการป้องกันเยาวชนไม่ให้เข้าสู่วงจรการสูบบุหรี่ไฟฟ้า คือ การป้องกันไม่ให้เข้าสู่วงจรการสูบบุหรี่ในทุกรูปแบบ (ศรีรัช ลอยสมุทร, 2562) และการได้เห็นตัวอย่างของบุคคลใกล้ชิดได้รับโทษและผลของการสูบบุหรี่แบบเชิงประจักษ์ การได้รับประสบการณ์ตรงจากผลร้ายของบุหรี่จะทำให้เยาวชนตระหนักและมีพฤติกรรมในการเลิกบุหรี่ (ปิยวรรณ บุญเพ็ญ และคณะ, 2562)

1. โฆษณาชวนเชื่อ

การใช้บุหรี่ไฟฟ้าในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลายเพิ่มสูงขึ้นเป็นสองเท่าจากปี ค.ศ. 2011 ถึง ปี ค.ศ. 2012 จากร้อยละ 4.7 เป็นร้อยละ 10.0 ปัจจัยหนึ่งที่มีสัมพันธ์กับการเพิ่มขึ้นของนักสูบบุหรี่รุ่น คือ การตลาดที่ชักชวนให้วัยรุ่นกลุ่มนี้สนใจในผลิตภัณฑ์ (Grana, R.A., 2013) การรับรู้และการโฆษณาเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าเป็นอันตรายต่อการอยากลองในกลุ่มวัยรุ่น ผลการวิจัยจากการสำรวจยาสูบเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2558 เป็นการสำรวจความคิดเห็นของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลายแสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของสื่อโฆษณาที่มีผลต่อการเข้าถึงบุหรี่ และรวมถึงความอยากรู้อยากเห็นของวัยรุ่นก็เพิ่มโอกาสการเข้าถึงบุหรี่ไฟฟ้ามากขึ้น (Richard., et al., 2019) นอกจากการส่งเสริมด้านการตลาดบุหรี่ไฟฟ้าและราคาบุหรี่ไฟฟ้า ยังมีปัจจัยเงื่อนไขและกระบวนการเข้าสู่วงจรบุหรี่ไฟฟ้าเกิดมาจากการประสบการณ์การสูบบุหรี่ธรรมดาร่วมกับเห็นตัวอย่างบุคคล และได้รับโฆษณาชวนเชื่อจึงอยากลองสูบรวมกับขาดความรู้ (Coleman, B.N., et al., 2016) ปัจจัยหนึ่งที่มีสัมพันธ์กับการเพิ่มขึ้นของนักสูบบุหรี่ไฟฟ้าวัยรุ่นในปัจจุบัน คือ การตลาดที่ทำให้วัยรุ่นกลุ่มนี้สนใจในผลิตภัณฑ์ (Grana, R.A., 2013)

2. รสชาติ กลิ่น

การออกแบบรูปลักษณ์ สี และกลิ่น เป็นสิ่งดึงดูดวัยรุ่นให้มี มุมมองที่ดีต่อสินค้า บุหรี่ไฟฟ้ามีการออกแบบที่ทันสมัย สวยงาม มีสีส่นและกลิ่น ที่หลากหลาย เช่น กลิ่นมินท์ กลิ่นผลไม้ กลิ่นช็อกโกแลต วานิลลา โคล่า ทั้งนี้พบว่าผู้สูบบุหรี่ไฟฟ้านิยมทั้งในกลุ่มวัยรุ่นและผู้ใหญ่ตอนต้นได้ใช้กลิ่นประเภทไม่มีนิโคติน (Nicotine-free) ร้อยละ 16 ยาสูบ ร้อยละ 28 ผลไม้ (Fruit) ร้อยละ 20 และพืชสมุนไพร (botanical) ร้อยละ 23 โดยสารแต่งรสชาติ ผลไม้ที่ได้รับความนิยมมากที่สุดได้แก่ รสวานิลลา และรสสตอเบอรี่ (S. Cooper, et al, 2019)

3. อินเทอร์เน็ตและสังคมออนไลน์

ปัจจุบันการส่งเสริมการขายบุหรี่ไฟฟ้า มีการจำหน่ายที่แพร่หลายทั้งในห้างสรรพสินค้า โดยเฉพาะในโลกออนไลน์ หรือผ่าน social media ทุกประเภท ได้แก่ You Tube , Facebook , Line และ Website เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูบบุหรี่สามารถเข้าถึงข้อมูลต่างๆ ได้ง่าย และยังมี การสอนวิธีการสูบบุหรี่ผ่านวิดีโอออนไลน์ (You Tube) ซึ่งทำให้การควบคุมการสูบบุหรี่เป็นไปได้ยาก และกลายเป็นแพลตฟอร์มที่ได้รับความนิยมอย่างรวดเร็ว จากการศึกษาแหล่งข้อมูลและปัจจัยที่มีผลต่อ

การใช้บุหรี่ไฟฟ้าในกลุ่มนักเรียนเกาหลี จำนวน 400 คน พบว่า แหล่งข้อมูลมาจากอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 46.4 จากเพื่อนร้อยละ 27.9 ที่มีผลต่อการใช้บุหรี่ไฟฟ้า โดยบุคคลที่มีอิทธิพลมากที่สุดคือ เพื่อนเป็นแรงกดดันและปัจจัยสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ไฟฟ้า (Cho, J.H., et al., 2011) พฤติกรรมการบริโภคบุหรี่ไฟฟ้าในสื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อกลุ่มเยาวชน โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นทั้งหมด 2,100 ราย โดยใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์กลุ่ม พบว่ามีการขายผลิตภัณฑ์ยาสูบมากที่สุดในสื่อสังคมทุกสื่อ คือ เฟซบุ๊ก ไลน์ อินสตาแกรม และ ทวิตเตอร์ แต่พบการขายและการสื่อสารชวนเชื่อมากที่สุดในสื่อ Facebook และพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 30.5 และนักศึกษาระดับอุดมศึกษาร้อยละ 61 สูบบุหรี่ไฟฟ้า กลุ่มตัวอย่างรับรู้พบเห็นการจำหน่ายสินค้าบุหรี่ไฟฟ้าผ่านออนไลน์ร้อยละ 51.6 ร้อยละ 41 เชื่อถือข้อมูลยาสูบอิเล็กทรอนิกส์ที่เผยแพร่ในสื่อสังคม และสื่อสังคมกระตุ้นความอยากรู้อยากเห็นของกลุ่มวัยรุ่นที่มีต่อผลิตภัณฑ์ยาสูบอิเล็กทรอนิกส์ร้อยละ 40 (ศรีรัช ลอยสมุทร, 2562)

4. เพศและช่วงอายุ

ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุม ยาสูบ (ศจย.)และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ทำการศึกษาในปี 2559 พบว่ากลุ่มวัยรุ่น 12-24 ปี และกลุ่มผู้ใหญ่ 25-65 ปี เข้าใจว่าบุหรี่ไฟฟ้าเป็นของที่มาจากต่างประเทศ คิดว่าการสูบเป็นสิ่งที่ทำให้ดูเท่ทำให้เกิดความมั่นใจในตัวเองขึ้น จากการรวบรวมผลการศึกษาพบว่าร้อยละ 90.0 ของผู้ที่สูบบุหรี่จะเริ่มสูบตั้งแต่เป็นวัยรุ่นโดยเฉพาะวัยรุ่นชาย สาเหตุมาจากความอยากรู้อยากเห็น และพบว่าวัยรุ่นที่สูบบุหรี่เต็มใจที่จะลองบุหรี่ไฟฟ้ามากกว่าวัยรุ่นที่ไม่สูบ คิดเป็นร้อยละ 74.0 และร้อยละ 13.0 ตามลำดับ และพบว่ามีเกือบ 1 ใน 5 คิดเป็นร้อยละ 18.0 ของวัยรุ่นมีความเต็มใจที่จะทดลองสูบบุหรี่ไฟฟ้า (Pepper J.K. et al., 2013) สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า นักศึกษาชายใช้บุหรี่ไฟฟ้ามากกว่านักศึกษาหญิง ดังนั้นเพศชายจึงมีความเสี่ยงที่จะเริ่มสูบบุหรี่ และเสี่ยงต่อการติดบุหรี่มากขึ้น จากงานวิจัยที่เป็นการศึกษาติดตามในระยะยาว ครอบคลุมกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวน 16,621 คน อายุระหว่าง 14 – 30 ปี พบว่า ผู้ที่เคยใช้บุหรี่ไฟฟ้ามีโอกาสที่จะเริ่มต้นสูบบุหรี่มากกว่าผู้ที่ไม่เคยลองใช้เกือบ 4 เท่า (OR = 3.62; 95% CI, 2.42-5.41) ส่วนในกลุ่มผู้สูบบุหรี่ พบว่าหากใช้บุหรี่ไฟฟ้า ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ก็มีโอกาสดูกลับไปสูบบุหรี่มากกว่าผู้ที่ไม่ได้ใช้บุหรี่ไฟฟ้า ถึง 4 เท่า (Sutfin, E.L., et al., 2013) และมีผลการศึกษาพบว่า ร้อยละ 90.0 ของผู้ที่สูบบุหรี่จะเริ่มสูบตั้งแต่เป็นวัยรุ่น งานวิจัยต่อมาเป็นการศึกษาระยะระยะยาว (Longitudinal study) พบว่าวัยรุ่นซึ่งยังไม่เคยสูบบุหรี่มาก่อนและลองใช้บุหรี่ไฟฟ้ามีแนวโน้มที่จะเริ่มสูบบุหรี่ในภายหลัง (สุนิดา ปรีชาวงษ์, 2562) แนวโน้มของความนิยมและพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้ากำลังมีเพิ่มมากขึ้นในตลอดช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา โดยเฉพาะในกลุ่มของวัยรุ่น ซึ่งผู้ใช้ส่วนใหญ่เป็นทั้งผู้ที่เคยสูบบุหรี่แบบปกติทั่วไป และผู้ที่เริ่มต้นหรือทดลองสูบบุหรี่ และจากการศึกษาระยะยาวในไต้หวัน โดยเก็บข้อมูล 2 ระยะ คือ ปี พ.ศ. 2557 (baseline) และปี พ.ศ. 2559 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมจำนวน 18,064 คน พบว่านักเรียนที่เคยใช้บุหรี่ไฟฟ้ามีแนวโน้มที่จะเริ่มสูบบุหรี่ในภายหลังมากกว่าพวกที่ไม่เคยใช้บุหรี่ไฟฟ้า (James Bickford, 2019)

นอกจากนี้ Cho, Shin, & Moon ได้ศึกษานักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 4,321 คน พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องคือ เพศ การยอมรับของกลุ่มเพื่อน ความไม่พอใจของชีวิตในโรงเรียน มีสมาชิกในครอบครัวสูบบุหรี่ และเคยสูบบุหรี่มาก่อน ทั้งหมดเป็นปัจจัยเร่งให้วัยรุ่นอยากทดลองใช้บุหรี่ไฟฟ้า (Cho, J.H., et al., 2011) สอดคล้องกับการศึกษาในประเทศไทยที่พบว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่เข้าสู่เทคโนโลยีได้ง่าย บุหรี่ไฟฟ้าเป็นอีกผลิตภัณฑ์หนึ่งที่มีจำหน่ายบนโลกออนไลน์ และมีวางจำหน่ายในห้างสรรพสินค้าทั่วไป กลวิธีการทางการตลาดใช้คนดังในสังคมในการส่งเสริมการขาย การออกแบบรูปลักษณ์ สี และกลิ่น เป็นสิ่งดึงดูดวัยรุ่นให้มีมุมมองที่ดีต่อสินค้า และทำให้วัยรุ่นรับรู้ว่าจะสามารถใช้บุหรี่ไฟฟ้าในที่สาธารณะได้ โดยที่วัยรุ่นไม่ได้ตระหนักเลยว่าจะทำให้เขาติดนิโคตินได้ (Pepper J.K. et al., 2013)

5. ครอบครัวและเพื่อน

การรับรู้ของวัยรุ่นที่ใช้ผลิตภัณฑ์บุหรี่ไฟฟ้า โดยใช้วิดีโอเกมเป็นสื่อ ใช้กระบวนการสนทนากลุ่มในการศึกษาวิจัยคล้ายคลึงกับการศึกษาของ Jennifer แต่เน้นการป้องกันการใช้ผลิตภัณฑ์ยาสูบประเภทบุหรี่ไฟฟ้าเป็นหลัก (E-cigarrets) โดยสุ่มตัวอย่างเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 11-17 ปี โดยเป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมสูบบุหรี่อยู่แล้ว โดยให้เยาวชนที่สูบบุหรี่ได้เล่าประสบการณ์และความเชื่อเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า และทำการสรุปประเด็นได้ว่า การที่สูบนั้นมาจากความต้องการการยอมรับจากเพื่อนในกลุ่ม สื่อโฆษณาเป็นปัจจัยสำคัญ เนื่องจากการโฆษณาจะทำให้เห็นภาพ และแสดงถึงกลิ่นรสต่างๆ ที่ทำเลียนแบบผลไม้ จนทำให้ผู้สูบบมองว่าบุหรี่ไฟฟ้ามีความอันตรายน้อยกว่าบุหรี่ทั่วไป ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการศึกษาสามารถนำไปเสนอเป็นนโยบายเพื่อเป็นแนวทางแก้ไขให้กับองค์กรใหญ่ เช่น กรมควบคุมยาสูบ ในอนาคตได้ (Camenga DR et al., 2014)

2. การรับรู้และความเชื่อของเยาวชนต่ออันตรายจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้า

การรับรู้ถือว่าเป็นกระบวนการทางจิตวิทยาพื้นฐาน เพราะถ้าหากปราศจากการรับรู้ บุคคลนั้นจะไม่สามารถมีความจำ ความคิด หรือ เรียนรู้ เกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ โดยขั้นสุดท้ายของกระบวนการจะนำไปสู่การรับรู้ สิ่งเรานั้น ในตัวอย่างงานด้านสุขศึกษา ถือว่าการรับรู้เป็นกระบวนการที่สำคัญเพราะการรับรู้จะเกิดขึ้นได้ขึ้นอยู่กับ การรับรู้ของบุคคล (selective perception) ว่าจะยอมรับหรือไม่ ดังนั้นกระบวนการรับรู้จึงมีความสำคัญมาก เพราะ ถ้าเยาวชนหรือผู้รับสารไม่สนใจที่จะรับรู้ ความเข้าใจในสื่อเหล่านั้นจะไม่เกิดขึ้น ยกตัวอย่างเหตุการณ์ถ้าผู้สูบบต้องการที่จะเลิกสูบบุหรี่ไฟฟ้าจะต้องมีความเข้าใจและรับรู้ถึงผลเสียของการติดบุหรี่ไฟฟ้า การรับรู้จึงเป็นทฤษฎีที่สามารถนำไปประยุกต์เพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ได้ โดยมีหลายงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ไฟฟ้าได้นำการรับรู้มาประยุกต์ใช้ ผู้ศึกษาได้ทำการสรุป บทความวิจัยออกได้ 4 ประเด็น

1. บุหรี่ไฟฟ้าช่วยให้เลิกสูบบุหรี่และไม่ได้ทำให้ติด

ผู้ขายจะอ้างสรรพคุณนี้ เพื่อที่จะขายสินค้า แต่อย่างไรก็ตามมีหลายงานวิจัยที่ได้นำมารวบรวมยืนยันและชี้แจงว่ายังไม่มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์รับรองว่าบุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัย และช่วยเลิกบุหรี่ได้ อย่างไรก็ตามก็มีงานวิจัย ได้ศึกษาและติดตามกลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาที่มีอายุอยู่ในช่วง 30-75 ปี เป็นเวลา 12 เดือน เพื่อศึกษาการเลิกสูบบุหรี่โดยการใช้บุหรี่ไฟฟ้าเข้ามาช่วย ผู้วิจัยได้ติดตามตั้งแต่ก่อนที่เขาจะเริ่มสูบ จนกระทั่งติด ถึงเลิกสูบบุหรี่ ผลการศึกษาและวิเคราะห์

ข้อมูลพบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 25 คน กลับมาสูดบุหรี่ไฟฟ้าใหม่ และ มีจำนวน 37 คนที่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้จริง คิดเป็นร้อยละ 15.7 และกลุ่มตัวอย่างบางกลุ่มไม่สามารถติดตามได้ ผลการศึกษาพบว่าการเพิ่มการสูบบุหรี่ไฟฟ้าไม่ได้ส่งผลต่อการเลิกสูบบุหรี่ แต่กลับทำให้สูบบุหรี่ไฟฟ้ามากขึ้น (Manzoli L, et al. 2015)

2. บุหรี่ไฟฟ้ามีหลายรูปแบบให้เลือก

บุหรี่ไฟฟ้าเป็นบุหรี่ที่มีหลายรูปแบบ ปัจจุบันถูกออกแบบมาใหม่คล้ายรถยนต์ หรือคล้ายปากกา (pen style) ตัวบุหรี่ไฟฟ้าจะมีส่วนของแบตเตอรี่ และส่วนที่บรรจุของเหลวที่มีส่วนผสมของสารนิโคตินอยู่ ในส่วนที่เป็นของเหลวหรือน้ำยา จะมีสารประกอบหลายชนิดที่มีส่วนทำให้มีกลิ่นหอม ผลไม้ชนิดต่างๆ เช่น แอปเปิ้ล สตอเบอร์รี่ เป็นต้น ทำให้ผู้สูดไม่กังวลถึงอันตรายจากสารพิษในบุหรี่ไฟฟ้า และโฆษณาขายบุหรี่ไฟฟ้าก็ไม่ได้บอกกล่าวว่ามีสารประกอบอะไรบ้าง มีหลายการศึกษาที่บ่งชี้ถึงการรับรู้สัญลักษณ์ของบุหรี่ไฟฟ้าที่มีความสัมพันธ์ต่อการใช้บุหรี่ไฟฟ้า (Jennifer, et al, 2020) จากการศึกษาการรับรู้ทัศนคติ ในกลุ่มเยาวชน ที่มีอายุระหว่าง 14-17 ปี โดยคัดกลุ่มเยาวชนจาก 4 รัฐ ได้แก่ รัฐไมอามี ฟลอริดา นอร์ท แคโรไลนา เป็นต้น เพื่อเข้าสนทนากลุ่ม โดยทำการสัมภาษณ์ บันทึกเสียง และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ พบว่า กลยุทธ์ทางการขายผลิตภัณฑ์เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้กลุ่มเยาวชนเริ่มใช้บุหรี่ไฟฟ้า และจากการศึกษาในปี 2016 พบว่าสิ่งที่ดึงดูดให้เยาวชนเข้ามาเริ่มสูบบุหรี่ไฟฟ้า คือ กลิ่นรสผลไม้ และ ฟังก์ชันในตัวบุหรี่ไฟฟ้า ที่เป็นสิ่งที่ดึงดูดให้พวกเขาเข้ามาใช้บุหรี่ไฟฟ้ามากขึ้น ในเรื่องของกลิ่นและรสชาติ ยังคงเป็นสิ่งสำคัญ แต่มีเรื่องของสารนิโคตินที่เข้ามาเกี่ยวข้องซึ่ง เยาวชนหลายคนยังไม่ทราบถึงปริมาณของสารนิโคตินในบุหรี่ไฟฟ้าที่เขาใช้ รวมทั้งยังไม่รู้ด้วยว่าน้ำยาที่เปลี่ยนเป็นไอระเหยด้วยกลิ่นของผลไม้ชนิดต่างๆ มีความอันตราย (The guardian, 2019)

3. บุหรี่ไฟฟ้าเป็นบุหรี่แบบใหม่ที่เท่ ทันสมัย

การโฆษณาทำให้เยาวชนและผู้ที่ใช้บุหรี่ไฟฟ้าเข้าใจว่าเป็นทางเลือกที่ปลอดภัยและมองว่าการสูบบุหรี่ไฟฟ้าเป็นเรื่องที่ทันสมัย ชื่นชอบของบุคคลรอบข้าง และได้ศึกษาวิจัยเพื่อประเมินการรับรู้อันตรายโดยรวม ทั้งในระยะสั้น และ ระยะยาว ต่อผลิตภัณฑ์บุหรี่ไฟฟ้าชนิดต่างๆ โดยการเก็บข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าวัยรุ่นให้คำตอบว่า บุหรี่ธรรมดา มีความเสี่ยงมากที่สุด และเสี่ยงน้อยที่สุดคือ บุหรี่ไฟฟ้า วัยรุ่นบางส่วนยังได้อธิบายเพิ่มถึงการเข้าถึงบุหรี่ไฟฟ้า เพราะดูเท่ เป็นที่นิยม กลายเป็นบรรทัดฐานของสังคมวัยรุ่นสมัยใหม่ (Maria R., et al, 2016)

4. อันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า

ในปี 2562 ประเทศไทยได้ติดตามและเฝ้าระวังการเจ็บป่วยจากบุหรี่ไฟฟ้า ได้สำรวจความคิดเห็นของกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า พ.ศ.2562 โดย 1 ใน 3 อยากลองสูบบุหรี่ไฟฟ้า และเกือบครึ่งมีทัศนคติที่ติดต่อบุหรี่ไฟฟ้า โดยเชื่อว่าบุหรี่ไฟฟ้าไม่มีอันตราย และมีความคิดว่า บุหรี่ อีเล็กทรอนิกส์เป็นของต่างประเทศ สูบแล้วเท่ ดี ในขณะที่มีบางคนสูบเพราะอยากเลิกบุหรี่ ทั้งๆ ที่ไม่แน่ใจว่าช่วยเลิกบุหรี่ได้จริงและสุดท้ายก็กลับไปสูดทั้งบุหรี่ธรรมดา และบุหรี่อีเล็กทรอนิกส์ควบคู่กัน หรือกลับมาสูบบุหรี่ธรรมดาเหมือนเดิม (ผู้จัดการออนไลน์, 2560) ผลจากโฆษณาชวนเชื่อว่าบุหรี่ไฟฟ้าไม่ทำให้ติดแต่ผลลัพธ์กลับตรงกันข้าม ซึ่งเป็นผลการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้บุหรี่ไฟฟ้านั้นขึ้นอยู่กับสมาชิกในบ้านมีผู้สูบบุหรี่หรือไม่ (peer influence) ความเชื่อที่ว่าบุหรี่ไฟฟ้ามีอันตรายน้อยกว่าบุหรี่ทั่วไป จนส่งผลให้กลุ่มที่ไม่เคยสูบบุหรี่มาก่อนมีความเสี่ยง

ที่จะกลายมาเป็นผู้สูบบุหรี่ไฟฟ้าได้ ด้วยเกิดจากความอยากรู้ อยากทดลองของแปลกใหม่และ ข้อมูลชวนเชื่อทางการตลาด (POBPAD, 2559) จากการศึกษาบทบาทความรู้และความเชื่อของ วัยรุ่นเกี่ยวกับความเสี่ยงในการใช้บุหรี่ไฟฟ้ารวมถึงปัจจัยอื่นๆเช่นทัศนคติ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง พบว่าส่วนใหญ่ทราบเกี่ยวกับความเสี่ยงของบุหรี่ไฟฟ้าส่งผลต่อภาวะสุขภาพซึ่งไม่ได้แตกต่างกันทั้งผู้ ที่เคยสูบหรือไม่เคยสูบมาก่อน และมีความอยากรู้อยากเห็นของวัยรุ่นทั้งในกลุ่มที่เคยสูบและไม่เคย สูบผ่านการสูบบุหรี่มาก่อนก็เพิ่มโอกาสการเข้าถึงบุหรี่ไฟฟ้ามากขึ้นด้วยเช่นกัน (Jacob A. R., et al, 2018) พฤติกรรมการใช้บุหรี่ไฟฟ้า และการรับรู้ถึงอันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า ในกลุ่มนักศึกษา และ การใช้บุหรี่ไฟฟ้าเป็นระยะเวลาานาน มากกว่า 6 เดือน ประเด็นคำถามได้สัมภาษณ์ในประเด็นดังนี้

- 1) การรับรู้ผลกระทบด้านสุขภาพ
- 2) ความพึงพอใจต่อการใช้บุหรี่ไฟฟ้า
- 3) ข้อกังวลเกี่ยวกับกฎระเบียบต่อการใช้บุหรี่ไฟฟ้า
- 4) บุหรี่ไฟฟ้าเป็นสารเสพติด
5. ทัศนคติ ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า

ความรู้ และความเชื่อของวัยรุ่นเกี่ยวกับความเสี่ยงในการใช้บุหรี่ไฟฟ้ารวมถึงปัจจัยอื่นๆ เช่นทัศนคติ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง ทำให้ทราบถึงความเสี่ยงของบุหรี่ไฟฟ้าที่จะส่งผลต่อภาวะ สุขภาพซึ่งไม่ได้แตกต่างกันทั้งผู้ที่เคยสูบหรือไม่เคยสูบมาก่อน อย่างไรก็ตามความเชื่อในเรื่องความ เสี่ยง เช่น ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความเสี่ยงต่อสุขภาพจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้ามีความแตกต่างกันไป ในแต่ละกลุ่ม แสดงให้เห็นว่าสิ่งที่เยาวชนยังขาดนั้นคือ ความรู้ และ การรับรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ ไฟฟ้า (Jacob A. R., et al, 2018)

ความรอบรู้ทางสุขภาพกับการป้องกันการสูบบุหรี่

ความรอบรู้ทางสุขภาพ (Health literacy) เป็นทักษะทางปัญญาและทางสังคมของบุคคล ประกอบด้วยความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล ความเข้าใจ และการใช้ข้อมูลเพื่อส่งเสริมการมี สุขภาพดี และเป็นการเข้าถึง เข้าใจข้อมูล ความรู้ และการจัดการ สุขภาพ สามารถตัดสินใจด้าน สุขภาพ และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้ ความรอบรู้ทางสุขภาพมี ความสำคัญต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพ และ เป็นสิ่งที่สามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลง ผลลัพธ์ทางสุขภาพ เพราะในองค์ประกอบของทฤษฎี เพื่อวิเคราะห์ประเมินการปฏิบัติและการจัดการ ตนเอง รวมทั้งสามารถชี้แนะเรื่องของสุขภาพส่วนบุคคล เพื่อสุขภาพที่ดีเมื่อบุคคลมีความรอบรู้ ด้านสุขภาพไม่เพียงพอ นำไปสู่การดูแลสุขภาพและมีภาวะสุขภาพที่ไม่เหมาะสมบุคคล และ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชน ควรมีความรอบรู้ทางสุขภาพที่เหมาะสม เพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ และ เป็นนักสูบหน้าใหม่ นอกจากนี้จากการทบทวนแนวคิดทฤษฎีความรอบรู้ทางสุขภาพ ยังต้อง ครอบคลุมทักษะต่างๆ ซึ่งประกอบด้วย ได้แก่ ทักษะการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ ทักษะความรู้ ความ เข้าใจ ทักษะการสื่อสารข้อมูลสุขภาพ การตัดสินใจ การจัดการตนเอง และการรู้เท่าทันสื่อ หากกลุ่ม เยาวชน หรือวัยผู้ใหญ่ มีความฉลาดทางสุขภาพที่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการช่วยเลิกบุหรื ไฟฟ้าจะส่งผลให้มีการรับรู้ถึงระดับความฉลาดทางสุขภาพ ทุกทักษะของตนเองในการช่วยเลิกบุหรื ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพ ความมั่นใจในการช่วยเลิกบุหรืไฟฟ้าและทำให้ประชาชนสามารถเลิก บุหรืได้สำเร็จ (ขวัญเมือง แก้วคำเกิง, 2561)

ความรู้ ความเข้าใจ ในองค์ประกอบของความรอบรู้ทางสุขภาพ ซึ่งเป็นทักษะพื้นฐานเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง เพื่อนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติ และเป็นปัจจัยระดับบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ ทางสุขภาพและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สุขภาพ โดยบุคคลจะสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพได้นั้นจำเป็น ต้องมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เยาวชนและผู้ใหญ่จำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าที่เพียงพอ เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างสำเร็จรวมไปถึงลดอัตราการสูบบุหรี่ได้ จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง กับความรอบรู้ทางสุขภาพด้านความรู้ความ เข้าใจ เกี่ยวกับบุหรี่ในกลุ่มเยาวชน (สุภิญญา คำพันธ์ และคณะ, 2564) จากการรวบรวมข้อมูลการศึกษาปัจจัย และทฤษฎีทางพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการป้องกัน บุหรี่ ในกรณีของบุหรี่ไฟฟ้าโดยส่วนใหญ่แล้วนั้นจะเป็นการศึกษาถึงการรับรู้ และ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการสูบบุหรี่ ในขณะที่ความรอบรู้ทางสุขภาพ ยังมีการศึกษาค้นคว้าอยู่น้อยมาก

บทสรุป

บุหรี่ไฟฟ้าเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีการแพร่หลายอย่างรวดเร็วโดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชน ด้วยภาพลักษณ์ที่สร้างความเข้าใจผิดว่าปลอดภัยและไม่มีนิโคติน มีการศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น เพศ อายุ กลุ่มเพื่อน การตลาดทางสื่อ และการขาดความรู้ที่ถูกต้อง ส่งผลต่อการทดลองใช้งาน บุหรี่ไฟฟ้าในเยาวชน ซึ่งความอันตรายของบุหรี่ไฟฟ้าคือ มีสารอันตราย เช่น นิโคติน โลหะหนัก และสารก่อมะเร็ง ที่ส่งผลต่อระบบร่างกาย เช่น ปอด หลอดเลือด และสมอง การรับรู้เกี่ยวกับอันตรายและความเข้าใจที่ถูกต้องของเยาวชนยังมีข้อจำกัด อันเนื่องมาจากการโฆษณาชวนเชื่อ มีการวิจัยเชิงปริมาณและคุณภาพเพื่อรวบรวมข้อมูลในหัวข้อต่าง ๆ เช่น ความรับรู้ พฤติกรรม การตลาด และการพัฒนาทักษะความรอบรู้ด้านสุขภาพ ส่งผลให้ต้องมีเพิ่มการสื่อสารเชิงรุกเกี่ยวกับอันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้าในกลุ่มเยาวชน และสนับสนุนครอบครัวและชุมชนให้มีบทบาทในเชิงบวกต่อการป้องกันการสูบบุหรี่ไฟฟ้า

บรรณานุกรม

- ขวัญเมือง แก้วดำเกิง. (2561). ความรอบรู้ด้านสุขภาพ เข้าถึง เข้าใจ และการนำไปใช้. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้ง.
- บังอร ฉางทรัพย์. (2558). ฟอรั่มลดีไฮด์/ฟอรั่มลีน ภัยร้ายใกล้ตัว. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ, 1(1), 97-109.
- ปิยวรรณ บุญเพ็ญ, ภาวนา เมนทะระ และ ปิยชาติ บุญเพ็ญ. (2562). พฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าและพฤติกรรมต้องการเลิกบุหรี่ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. วารสารศรีนครินทร์ วิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), 11(22), 1110-127.
- ผู้จัดการ Online. (2560). บุหรี่ไฟฟ้าทำเด็กหนีเรียนมากกว่าบุหรี่ธรรมดา พบสูบบุหรี่ไม่ช่วยเลิกบุหรี่. สืบค้นจาก <http://www.manager.co.th/QOL/ViewNews.aspx?NewsID=9600000055407>.

ศรีรัช ลอยสมุทร. (2562). ผลกระทบของยาสูบรูปแบบใหม่ในสื่อสังคมเครือข่าย และผลของการบังคับใช้กฎหมายผลิตภัณฑ์ยาสูบรูปแบบใหม่. *วารสารกฎหมายสุขภาพและสาธารณสุข*, 5(1), 13-29.

สุนิดา ปรีชาวงษ์. (2562). **บุหรี่ไฟฟ้าผลกระทบต่อเยาวชน**. งานนำเสนอการขับเคลื่อนเชิงนโยบายการควบคุมบุหรี่ไฟฟ้าของประเทศไทย โดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) วันที่ 19 สิงหาคม 2562 เวลา 8.30 – 12.00 น. สถานที่ ณ ห้อง กมลฤดี ชั้น 2 โรงแรม เดอะ สุโกศล กรุงเทพฯ.

สุกัญญา คำพันธ์, อนงค์นาถ หนูตาช, ชนาภานต์ เกษตรการณย์ และธนะวัฒน์ รวมสุข. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรอบรู้ทางสุขภาพเกี่ยวกับบุหรี่ และการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง กรุงเทพมหานคร. *วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย*, 15(1), 1-10.

Camenga DR, Delmerico J, Kong G, et al. (2014). Trends in use of electronic nicotine delivery systems by adolescents. *Addict Behav*, 39(1), 338-40.

Centers for Disease Control and Prevention. (2021). **Outbreak of Lung Injury Associated with the Use of E-Cigarette, or Vaping, Products**. [Retrieved on 18 December 2019], from : https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html.

Cho, J. H. , Shin, E. , & Moon, S. S. (2011). Electronic- cigarette smoking experience among adolescents. *J Adolesc Health*, 49(5), 542-6.

Coleman, B.N., Johnson, S.E., Tessman, G.K., et al. (2016) It's not smoke. It's not tar. It's not 4000 chemicals. Case closed: exploring attitudes, beliefs, and perceived social norms of e- cigarette use among adult users. *Drug Alcohol Depend.*, 159, 80–5.

Grana, R.A. (2013). Electronic cigarettes: A new nicotine gateway? . *Journal of Adolescent Health*, 52(2), 135-136.

Jacob A. R., Seth M. N., Casey, H., Allison J. L., Jennifer, C. R., & Erin, L. S. (2018). The Role of Knowledge and Risk Beliefs in Adolescent E-Cigarette Use: A Pilot Study. *Int J Environ Res Public Health*, 15(4), 830.

James Bickford. (2019). **New Vape Ban Proposed for Taiwan**. [Retrieved on 4 September 2019] from : <https://vapingdaily.com/blog/new-vape-ban-proposed-taiwan/>.

Jennifer, L. P., Eva, S., Ning, R., Michael, J. H., Amanda, L. J., K Michael, C., Hoda, T. H., Annette, R. K., et al. (2020). Association of Electronic Nicotine Delivery System Use With Cigarette Smoking Progression or Reduction Among Young Adults. *JAMA Netw Open*, 3(11), e2015893.

Manzoli L, Flacco ME, Fiore M, La Vecchia C, Marzuillo C, Gualano MR, et al. (2015). Electronic Cigarettes Efficacy and Safety at 12 Months: Cohort Study. **PLoS ONE**, 10(6), e0129443.

Maria R., Kevin D., David C., Bonnie H. (2016). Adolescents' Perceptions of Health Risks, Social Risks, and Benefits Differ Across Tobacco Products. **J Adolesc Health**, 58(5), 558-66.

Olmendo, P., Goessler, W., Tanda, S., Grau-Perez, M., Jarmul, S., Aherrera, A., Chen, R., Hilpert, M., Cohen, J. E., Navas-Acien, A., & Rule, A.M. (2018). Metal Concentrations in e-Cigarette Liquid and Aerosol Samples: The Contribution of Metallic Coils. **Environmental Health Perspectives**, 26(2), 1-11.

Pepper J.K., Reiter, P.L., McRee A.L., Cameron, L.D., Gilkey, M.B., & Brewer, N.T. (2013). Adolescent males' Awareness of and Willingness to Try Electronic Cigarettes. **Journal of Adolescent Health**, 52(2), 144-150.

POBPAD. (2559). รู้ก่อนใช้บุหรี่ไฟฟ้า. สืบค้นจาก <https://www.pobpad.com/gclid=CLqurlHjgtUCFdGgRaAod1a4Clg>.

Richard, M., Lloyd, J., Patrick, M., Jerald, G.B., Megan, E. P. (2019). Trends in Adolescent Vaping, 2017-2019. **N Engl J Med**, 381(15), 1490-1491.

S. Cooper, et al. (2019). Attitude to E-Cigarettes and Cessation support for pregnant woman from English stop smoking service: A Mixed Methods Study. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 16(110), 2-17.

Sutfin, E.L., McCoy, T.P., Morrell H.E., Hoepfner B.B., & Wolfson, M. (2013). Electronic cigarette use by college students. **Drug and Alcohol Dependence**, 131(3), 214-221.

The guardian. (2019). **Vaping's other problem: are e-cigarettes creating a recycling disaster.** [Retrieved on 4 September 2019] from: <https://www.theguardian.com/2019/aug/26/vapings-other-problem-are-e-cigarettes-creating-a-recycling-disaster>.

Wang Y, Sung HY, Yao T, Lightwood J, Max W. (2017). Factors associated with short-term transitions of non-daily smokers: socio-demographic characteristics and other tobacco product use. **Addiction**, 112(5), 864-872.