



แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง
การรู้เท่าทันบ**ุหรี่**ร**ไฟฟ้า**
 **สำหรับเด็กและเยาวชน**
การศึกษานอกระบบ



สำนักกิจกรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิต สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
โครงการพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบเพื่อรับมือปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
www.tyithailand.or.th



สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
THAILAND YOUTH
INSTITUTE (TYI)



สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ
ตั้งแต่ปี ๒๕๓๖ ถึง ๒๕๖๓

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การรู้เท่าทันบุหรี่ไฟฟ้า สำหรับเด็กและเยาวชนนอกระบบ

สำนักกิจกรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิต สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
โครงการพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนนอกระบบ
เพื่อรอบรู้ปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
www.tyithailand.or.th

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
เรื่อง การรู้เท่าทันบุหรี่ปไฟฟ้า สำหรับเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ

ISBN – 978-616-393-461-1

พิมพ์ครั้งที่ 1 จำนวน 350 เล่ม

ปีที่พิมพ์ 2568

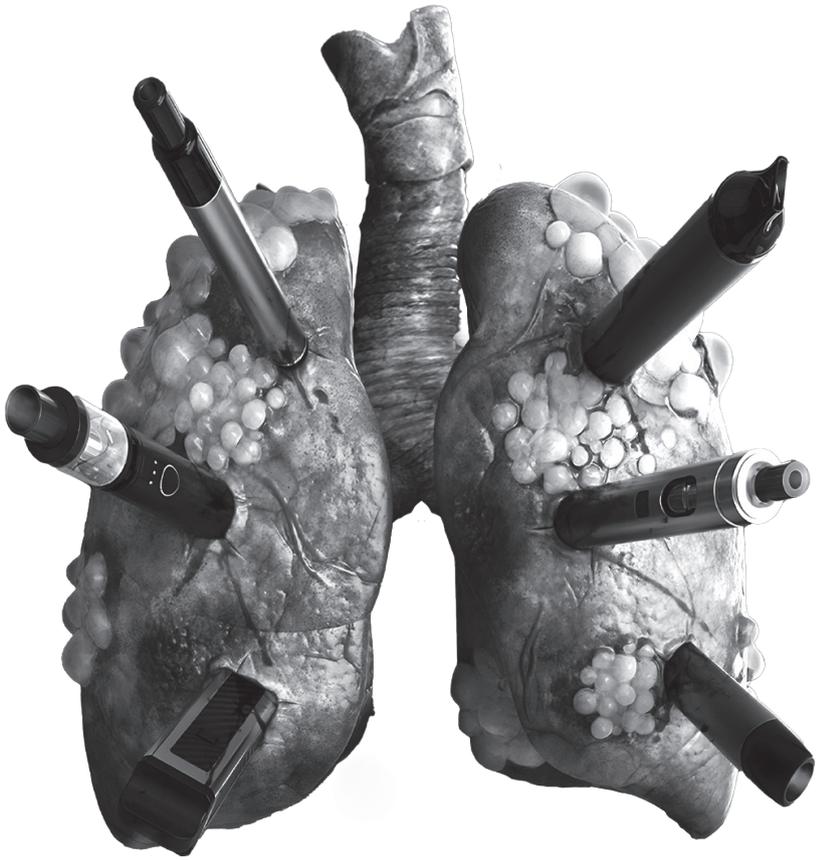
ผู้จัดทำ	สำนักกิจกรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิต สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย เลขที่ 1000/15 ชั้น 6 อาคารพี.บี. ทาวเวอร์ ถนนสุขุมวิท 71 แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 www.tyithailand.or.th โทร 02 108 8530 ต่อ 2301, 2306 โทรศัพท์เคลื่อนที่ 087 403 1112 (เมรชนนท์ ประจวบลาภ)
ผู้จัดพิมพ์	สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (โครงการพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบเพื่อรอบรู้ปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ) เลขที่ 99/8 ซอยงามดูพลี แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120
พิมพ์ที่	โรงพิมพ์เดือนตุลา โทร. 086-341-0155 Line ID : octoberprint

คำนำ

ตั้งแต่ปี 2566 เป็นต้นมา สถานการณ์การสูบบุหรี่ไฟฟ้าของเด็กและเยาวชนเริ่มสูงขึ้น อันเนื่องมาจากการทำกลยุทธ์ทางการตลาดของอุตสาหกรรมยาสูบ โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในรูปแบบการศึกษานอกระบบ มีอัตราการใช้บุหรี่ไฟฟ้าสูงกว่าเด็กและเยาวชนในระบบโรงเรียนถึงสองเท่า สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย โดยโครงการพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบเพื่อรอบรู้ปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ ภายใต้สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงร่วมกับคณาจารย์แขนงวิชาการศึกษานอกระบบ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช จัดทำ “แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การรู้เท่าทันบุหรี่ไฟฟ้า สำหรับเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ” ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาวิจัย เรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การรู้เท่าทันบุหรี่ไฟฟ้า สำหรับเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ มีคณะผู้วิจัย คือ รศ.ดร.ชนกนารถ บุญวิวัฒนะกุล, ผศ.ดร.ลิขสิทธิ์ พุฒเขียว, ดร.จินตนา ปรีศพันธ์, นายเมธชนนท์ ประจวบลาภ, และว่าที่ ร.ต. เจษฎากร อังกุลพัฒนาสุข มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ครู บุคลากรทางการศึกษา ผู้จัดการศึกษา ผู้ส่งเสริมการเรียนรู้ทางการศึกษานอกระบบ หรือผู้นำชุมชน นำไปประยุกต์ใช้จัดกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้เกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าให้กลุ่มเป้าหมายในความรับผิดชอบของตนเอง โดยมีความคาดหวังว่า เด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ จะมีความรู้ ความเข้าใจ ตระหนักถึงผลกระทบจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้า และรู้เท่าทันภัยจากบุหรี่ไฟฟ้าเพิ่มขึ้น นำไปสู่การตัดสินใจ “ลด” “ละ” “เลิก” หรือ “ปฏิเสธ” บุหรี่ไฟฟ้าต่อไป

สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย

กันยายน 2568



สารบัญ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของแผน	
การจัดกิจกรรมการเรียนรู้	7
ที่มาและความสำคัญ	8
เป้าหมายของแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	12
ขอบเขตด้านเนื้อหา	12
ลักษณะเฉพาะของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	12
ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง	13
นิยามศัพท์	13
ส่วนที่ 2 สารสำคัญเกี่ยวกับบุรีไฟฟ้า	15
ความหมายของบุรีไฟฟ้า	16
วิวัฒนาการของบุรีไฟฟ้า	16
ผลกระทบจากการใช้บุรีไฟฟ้าและสารเคมีในบุรีไฟฟ้า	19
วาทกรรมและความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับบุรีไฟฟ้า	21
ช่องทางการเข้าถึงบริการเลิกบุรี	22
กฎหมายและโทษทางอาญาในฐานความผิด เกี่ยวกับบุรีไฟฟ้า	23
ส่วนที่ 3 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	25
แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	26
แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน	33

ส่วนที่ 4 ตัวอย่างสื่อประกอบ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้	39
ตัวอย่างสื่อที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับโทษ พิษภัย และผลกระทบจากบุหรี่ไฟฟ้า	41
ตัวอย่างสื่อที่มีเนื้อหาให้ข้อเท็จจริง จากความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง	47
ตัวอย่างสื่อที่นำเสนอโทษทางกฎหมาย ฐานความผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า	48
ตัวอย่างสื่อที่นำเสนอช่องทางการเลิกบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า	50
ตัวอย่างสื่อที่เป็นฐานข้อมูล ผลิตโดยมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่	51
เอกสารทางวิชาการที่แนะนำสำหรับใช้ประกอบ	
การจัดกิจกรรมการเรียนรู้	57
หนังสือภัยคุกคามสุขภาพในเด็กและเยาวชน : บุหรี่ไฟฟ้า สุรา และความทำลาย ของประเทศไทย ปี 2568	58
หนังสือรวมบทความวิชาการ เรื่อง “พหุวิทยาการเพื่อการ คุ้มครองเด็กและเยาวชนจากบุหรี่ไฟฟ้า”	59
บรรณานุกรม	61
คณะผู้จัดทำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	64

ส่วนที่ 1

ข้อมูลพื้นฐานของแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ที่มาและความสำคัญ

บุหรีไฟฟ้า เป็นผลิตภัณฑ์ยาสูบชนิดใหม่ มีพัฒนาการมาอย่างต่อเนื่อง จากภาพลักษณ์ที่ไม่ดีของบุหรีมวนและข้อจำกัดของบุหรีมวน อาทิ การห้ามสูบบุหรีมวนในที่สาธารณะและภาพลักษณ์ของผู้สูบบุหรีมวน บุหรีไฟฟ้าจึงถูกพัฒนาขึ้นเพื่อทำหน้าที่แทนบุหรีมวน โดยมีหลักการ คือ การนำสารนิโคตินและสารเคมีอื่นเข้าสู่ร่างกายโดยใช้ไฟฟ้าทำให้เกิดไอน้ำจากความร้อน ปราศจากการเผาไหม้ บนพื้นฐานความเชื่อที่ว่าลดอันตรายจากการสูบบุหรี (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2566; และ มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี, 2556) ในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา อุตสาหกรรมและธุรกิจบุหรีไฟฟ้ามีความพยายามจะทำการตลาดมุ่งเป้าให้มีจำนวนผู้บริโภคมากขึ้น โดยเฉพาะการทำตลาดมุ่งเป้าไปที่เด็กและเยาวชนด้วยการสร้างวาทกรรม ความเชื่อ และค่านิยมที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการบริโภคบุหรีไฟฟ้า ได้แก่ บุหรีไฟฟ้ามีแคกลิ่นหอมไอละอองไม่อันตรายเพราะไม่มีนิโคตินหรือปรับขนาดนิโคตินได้ บุหรีไฟฟ้าช่วยให้เลิกบุหรีมวนได้ และช่วยให้ผู้สูบบุหรีหันสมัย รวมถึงมีการทำกลยุทธ์เชิงรุกเลือกทำเลที่ตั้งจำหน่ายบุหรีไฟฟ้า ใกล้สถาบันการศึกษาและจูงใจด้วยการสื่อสารผ่านภาพ เนื้อหาและสีสันทบนสื่อสังคมออนไลน์ (เมธชนนท์ ประจวบลาภ, และ สุรเชษฐ์ โพธิ์แสง, 2567; ชนกนารถ บุญวิวัฒนะกุล, เมธชนนท์ ประจวบลาภ, เจษฎาการ อังกุลพัฒนาสุข, และฐาณิษา สุขเกษม, 2566; สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย, 2565; และณัฐพล รุ่งโรจน์ สิทธิชัย, 2560) โดยในช่วงปี 2566-2567 อุตสาหกรรมบุหรีไฟฟ้าได้พัฒนาบุหรีไฟฟ้ารุ่นใหม่ ชนิด toy pod มีรูปร่างเลียนแบบเป็นตัวการ์ตูน ของเล่น ตุ๊กตา กล่องขนม กล่องนม ขวดน้ำผลไม้ หรืออุปกรณ์การเรียนของนักเรียน ได้เสมือนจริงทั้งรูปร่างหน้าตา ขนาดและสีสันทจนผู้ปกครองไม่สามารถจำแนกได้ (สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย, 2567) อย่างไรก็ตามทางการแพทย์และสาธารณสุขได้ยืนยันข้อมูลว่าบุหรีไฟฟ้ามีโทษและผลกระทบต่อร่างกายจากการบริโภค คือ นิโคตินเป็นสารเสพติดที่มีภาวะ

เสพติดสูงกว่าเฮโรอีน โคเคน และกัญชา เพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคระบบหัวใจหลอดเลือด การอักเสบในระบบทางเดินหายใจ กระตุ้นภาวะซึมเศร้า ระบบความจำและการเรียนรู้ถดถอย และไม่ช่วยให้เลิกสูบบุหรี่มวนแบบปกติด้วย (ฉัตรสุมน พงศ์มิถิญา, วศิณ พิพัฒน์ฉัตร, และ Stephen Hamann, 2562) จากผลกระทบโทษ พิษภัยและอันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า รัฐบาลได้กำหนดมาตรการควบคุมบุหรี่ไฟฟ้าครอบคลุมทั้งการห้ามนำเข้ามาภายในราชอาณาจักร การให้บริการจำหน่าย จ่าย หรือ แจก ทั้งตัวอุปกรณ์ ส่วนหนึ่งส่วนใดของอุปกรณ์ บุหรี่ไฟฟ้าและน้ำยาสำหรับเติม ตามประกาศกระทรวงพาณิชย์ เรื่อง กำหนดให้บารากูและบารากูไฟฟ้าหรือบุหรี่ไฟฟ้าเป็นสินค้าที่ต้องห้ามในการนำเข้ามาในราชอาณาจักร พ.ศ. 2557 และคำสั่งคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภคที่ 9/2558 เรื่อง ห้ามขาย หรือห้ามให้บริการสินค้าบารากู บารากูไฟฟ้าหรือบุหรี่ไฟฟ้า หรือตัวยาบารากู น้ำยาสำหรับเติมบารากูไฟฟ้าหรือบุหรี่ไฟฟ้า พ.ศ. 2558

แม้ว่าบุหรี่ไฟฟ้าจะมีอันตรายจากการบริโภคและประเทศไทยได้กำหนดมาตรการห้ามนำเข้า และให้บริการบุหรี่ไฟฟ้าภายในประเทศ แต่ก็พบว่าการใช้บุหรี่ไฟฟ้าอย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน เป็นผลมาจากการทำกลยุทธ์และการตลาดของธุรกิจบุหรี่ไฟฟ้า ปัจจุบันสถานการณ์การแพร่ระบาดบุหรี่ไฟฟ้าในกลุ่มเด็กและเยาวชนได้ทวี ความรุนแรงไปทั่วโลก ข้อมูลในประเทศสหรัฐอเมริกาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (Grade 12) มีอัตราการสูบบุหรี่เพิ่มเป็นสองเท่าจากปี 2017 ร้อยละ 11 เป็นร้อยละ 25 ในปี 2019 (Phisitphong Piyapanyamongkhon, 2024) สำหรับข้อมูลประเทศไทย สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย และ กองสุกศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ มีการเฝ้าระวังและติดตามพฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าของเยาวชนไทย พบว่า ในปี 2566 มีอัตราการบริโภคบุหรี่ไฟฟ้าในภาพรวมเฉลี่ยร้อยละ 25.08 พบมากที่สุดที่เขตสุขภาพที่ 9 (ชัยภูมิ นครราชสีมา บุรีรัมย์ และสุรินทร์) ร้อยละ 34.58 เขตสุขภาพที่ 3 (กำแพงเพชร พิจิตร นครสวรรค์

ชัยนาท และอุทัยธานี) ร้อยละ 34.45 และเขตสุขภาพที่ 4 (สระบุรี นนทบุรี ลพบุรี อ่างทอง นครนายก สิงห์บุรี อโยธยา และปทุมธานี) ร้อยละ 34.20 (เมธชนนธ์ ประจวบลาภ และสุรเชษฐ์ โปธิ์แสง, 2567) และข้อมูลในพื้นที่กรุงเทพมหานคร พบว่า ภาพรวมเด็กและเยาวชน มีการใช้บุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้าอยู่ที่ร้อยละ 23.80 เมื่อจำแนกความชุกของการแพร่ระบาดตามรูปแบบการศึกษาในระบบและนอกระบบ พบข้อมูลสำคัญ คือ เด็กและเยาวชนที่อยู่ในนอกระบบการศึกษามี อัตราการบริโภคอยู่ที่ร้อยละ 33.30 สูงกว่าเป็นสองเท่าของเด็กและเยาวชนในระบบการศึกษาซึ่งอยู่ที่ร้อยละ 15 (เมธชนนธ์ ประจวบลาภ, ชนกนารถ บุญวัฒน์กุล, เจษฎากร อังกุลพัฒนาสุข และฐานิษา สุขเกษม, 2566) สอดคล้องกับข้อมูลของกองสุศึกษา (2566) ที่วิเคราะห์อัตราการบริโภคบุหรี่ไฟฟ้าด้วยการวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติกส์ (Logistic Regression) พบว่า เด็กและเยาวชนที่เป็นผู้เรียนการศึกษานอกระบบ มีโอกาสเลือกใช้ผลิตภัณฑ์บุหรี่ไฟฟ้าสูงถึง 2.37 เท่า ดังนั้น หากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องปล่อยให้สถานการณ์การแพร่ระบาดของบุหรี่ไฟฟ้าดำเนินต่อไป โดยมิได้จัดการปัญหาอย่างรอบคอบและรัดกุม ย่อมส่งผลให้เด็กและเยาวชนอันเป็นทรัพยากรมนุษย์ของชาติมีคุณภาพต่ำในด้านสุขภาพ ไม่แข็งแรง เจ็บป่วย และมีโรคเรื้อรัง ด้านเศรษฐกิจ สูญเสียรายได้เมื่อต้องหยุดงาน เข้ารับการรักษาพยาบาล และด้านความมั่นคง จากการเข้าถึงบุหรี่ไฟฟ้าเพิ่มขึ้น อันเป็นการตอกย้ำสถานการณ์ปัญหาแรงงานที่มีศักยภาพและปัญหาทางสาธารณสุขที่ประเทศไทยกำลังเผชิญอยู่ (สถาบันวิจัยเศรษฐกิจป๋วย อึ๊งภากรณ์, 2566)

แม้จะมีการดำเนินงานของหน่วยงานและองค์กรที่เกี่ยวข้องหลากหลายมิติ แต่ก็ยังพบว่าเด็กและเยาวชนมีแนวโน้มบริโภคบุหรี่ไฟฟ้าเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนที่เป็นผู้เรียนในสถานศึกษาที่จัดการศึกษาด้วยรูปแบบการศึกษานอกระบบ เมื่อพิจารณาจากสาเหตุพบว่า การส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้หรือจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้าน

การรู้เท่าทันบุหรืสำหรับเด็กและเยาวชนนอกระบบที่ผ่านมาถูกออกแบบ และพัฒนาขึ้นบนพื้นฐานของเด็กและเยาวชนการศึกษาในระบบเป็นหลัก โดยไม่สอดคล้องกับคุณลักษณะของเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ ส่งผลให้เด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบมีความรู้ไม่เพียงพอต่อการจัดการพฤติกรรมทางเลือกบริโภคบุหรืไฟฟ้า (เมธชนนท์ ประจวบลาภ, ชนกนารถ บุญวัฒนะกุล, เจษฎากร อังกุลพัฒนาสุข และรัฐนิษา สุขเกษม, 2566) อาจกล่าวได้ว่าเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบมีคุณลักษณะเฉพาะที่แตกต่างไปจากเด็กและเยาวชนในระบบ ทั้งด้านพื้นฐาน เศรษฐกิจ ทักษคติ แรงจูงใจในการเรียนรู้ และบริบทของการใช้ชีวิต วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่อยู่บนข้อจำกัดข้างต้น จึงมีความแตกต่างกันอย่างมากกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้กับเด็กและเยาวชนการศึกษาในระบบ ฉะนั้น หากสังคมไทย พึงปรารถนาให้อัตราการบริโภคบุหรืไฟฟ้าในกลุ่มเด็กและเยาวชน ภาพรวมลดลง จำเป็นอย่างยิ่งจะต้องดำเนินการส่งเสริมการเรียนรู้เกี่ยวกับการรู้เท่าทันบุหรืไฟฟ้าอย่างเท่าเทียมให้ครอบคลุมเด็กและเยาวชนทุกสังกัดไม่ว่าจะอยู่ในระบบโรงเรียนหรือไม่ก็ตาม และการพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้นั้นจะต้องยืดหยุ่น ตอบสนองคุณลักษณะและความต้องการของผู้เรียนเป็นสำคัญด้วย (สมาลี สังข์ศรี, 2545)

จากปัญหาการแพร่ระบาด โทษ ผลกระทบและอันตรายจากบุหรืไฟฟ้า ประกอบกับความสำคัญจำเป็นที่จะต้องส่งเสริมการเรียนรู้เกี่ยวกับการรู้เท่าทันบุหรืไฟฟ้าสำหรับเด็กและเยาวชนให้ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะประชากรเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบซึ่งมีความแตกต่างระหว่างบุคคล คุณลักษณะของบุคคล วิธีการและแบบแผนการเรียนรู้ โครงการพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบเพื่อรอบรู้ปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ จึงได้จัดทำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การรู้เท่าทันบุหรืไฟฟ้า เพื่อให้ครูและบุคลากรทางการศึกษานอกระบบนำไปใช้พัฒนาศักยภาพผู้เรียนการศึกษานอกระบบให้มีความรอบรู้ในประเด็นบุหรืและบุหรื

ไฟฟ้า อันจะส่งผลให้เด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้ามากขึ้นและนำไปสู่การมีพฤติกรรมทางสุขภาพเกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้าที่เหมาะสมต่อไป

เป้าหมายของแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ให้ครูและบุคลากรการศึกษานอกระบบนำไปใช้จัดกิจกรรมหรือส่งเสริมการเรียนรู้ เรื่อง รู้เท่าทันบุนหรีไฟฟ้า เพื่อให้เด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบมีความรู้ความเข้าใจ รู้เท่าทันเรื่องบุนหรีไฟฟ้าเพิ่มมากขึ้น นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ หรือ ลด ละ เลิก และปฏิเสธบุนหรีไฟฟ้าต่อไป

ขอบเขตด้านเนื้อหา

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การรู้เท่าทันบุนหรีไฟฟ้า สำหรับเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ มีขอบเขตด้านเนื้อหาของการจัดกิจกรรม ดังนี้

1. ข้อมูลสภาพการณ์เกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้า ได้แก่ ส่วนประกอบของบุนหรีไฟฟ้า วิวัฒนาการของบุนหรีไฟฟ้า โดยเฉพาะบุนหรีไฟฟ้าที่มีการแพร่ระบาดในกลุ่มเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับบุนหรีไฟฟ้า
2. ข้อมูลปัญหาเกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้า ได้แก่ กลยุทธ์ทางการตลาดของบุนหรีไฟฟ้า ความเชื่อและวาทกรรมที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้า โดยนำเสนอข้อเท็จจริง โทษ พิษภัย และผลกระทบจากการสูบบุนหรีไฟฟ้าต่อตนเอง คนรอบข้าง และชุมชน

ลักษณะเฉพาะของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

เป็นแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ ดึงประสบการณ์ของผู้เรียนมาใช้ให้เกิดประโยชน์ มีความยืดหยุ่นทั้งวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การใช้สื่อการเรียนรู้ และการวัดและประเมินผลผู้เรียน เพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะเฉพาะและความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน

ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

1. กลุ่มผู้ใช้แผนการจัดกิจกรรม ครู บุคลากรทางการศึกษา ผู้ส่งเสริมการเรียนรู้ หรือ ผู้จัดการศึกษา ซึ่งทำหน้าที่หรือจัดการศึกษานอกระบบ อาทิ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ ตามกฎหมายส่งเสริมการเรียนรู้ ศูนย์การเรียนรู้ ตามมาตรา 12 แห่งกฎหมายการศึกษาแห่งชาติ โรงเรียนเอกชน นอกระบบ ตามกฎหมายโรงเรียนเอกชน สถานศึกษาที่จัดการศึกษานอกระบบ ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นหรือ สถานศึกษาในระบบโรงเรียนที่มีนโยบายจัดการศึกษานอกระบบควบคู่ (หนึ่งโรงเรียนสามรูปแบบ)

2. กลุ่มผู้ได้รับประโยชน์จากแผน เด็กและเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในการศึกษาในรูปแบบการศึกษานอกระบบ ซึ่งมีอายุระหว่าง 15 - 25 ปี

นิยามศัพท์

1. แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ หมายถึง แนวปฏิบัติหรือขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การรู้เท่าทันบุนหรีไฟฟ้า สำหรับเด็กและเยาวชน การศึกษานอกระบบ ที่พัฒนาขึ้นอย่างเป็นระบบบนพื้นฐานของแนวคิดเกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้าและแนวคิดหรือทฤษฎีทางการศึกษานอกระบบและการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้

2. การรู้เท่าทันบุนหรีไฟฟ้า หมายถึง ความสามารถของเด็กและเยาวชน การศึกษานอกระบบ ต่อการทำความเข้าใจเกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้า ครอบคลุมข้อมูลพื้นฐานทั่วไป วิวัฒนาการ ความเชื่อและความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับบุนหรีไฟฟ้า โทษ อันตราย และผลกระทบต่อนตนเองและสังคมจากการบริโภคบุนหรีไฟฟ้า ปัจจัยที่นำไปสู่การเข้าถึงบุนหรีไฟฟ้า กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับบุนหรีไฟฟ้า และการป้องกันตนเองจากบุนหรีไฟฟ้า เพื่อให้สามารถนำความรู้ความเข้าใจไปตัดสินใจหรือประยุกต์ใช้ในการป้องกันหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยการลด ละ เลิกบุนหรีไฟฟ้า

3. เด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ หมายถึง เด็กและเยาวชนที่กำลังศึกษาเข้ารับบริการการศึกษาในรูปแบบการศึกษานอกระบบ ซึ่งมีอายุระหว่าง 15 - 25 ปี



ส่วนที่ 2

สาระสำคัญเกี่ยวกับบุรีไฟฟ้า

ความหมายของบุหรี่ไฟฟ้า

บุหรี่ไฟฟ้า หรือ บุหรี่อิเล็กทรอนิกส์ (Electronic Cigarette) หมายถึงผลิตภัณฑ์ยาสูบชนิดหนึ่งทำหน้าที่ส่งของเหลวที่มีส่วนประกอบของสารนิโคตินและสารปรุงแต่งอื่น ไปยังผู้บริโภคด้วยการใช้ความร้อนหลอมละลายของเหลวให้ระเหยกลายเป็นไอหรือละอองฝอยให้ผู้บริโภคสูบหรือหายใจนำไอละอองเข้าสู่ร่างกาย บุหรี่ไฟฟ้าประกอบด้วย 3 ส่วนหลัก คือ แบตเตอรี่หรือแหล่งพลังงาน ถังหรือตลับบรรจุสารนิโคตินเหลว และอุปกรณ์ให้ความร้อน

วิวัฒนาการของบุหรี่ไฟฟ้า

บุหรี่ไฟฟ้ามีพัฒนาการทั้งหมด 5 ระยะ (มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่, 2556; U.S. Department of Health and Human Service, n.d.) ดังนี้

ระยะที่ 1 พัฒนาและออกแบบเหมือนบุหรี่มวนทั่วไป (ต้นปี ค.ศ. 2000) จุดเด่นของผลิตภัณฑ์รุ่นแรก คือ การพัฒนาและออกแบบรูปร่างให้เหมือนบุหรี่มวนมากที่สุด ใช้แล้วทิ้ง



ภาพที่ 1 รุ่นที่ 1

ที่มา: U.S. Department of Health and Human Service (n.d.)

ระยะที่ 2 มีรูปร่างคล้ายปากกา (กลางปี ค.ศ. 2000) หรือรุ่นปากกา จุดเด่นของรุ่นสอง คือ รูปร่างเหมือนปากกา หรือเหมือนหลอดโลหะ แตกต่างไปจากรูปร่างของบุหรี่มวน



ภาพที่ 2 รุ่นที่ 2

ที่มา: U.S. Department of Health and Human Service (n.d.)

ระยะที่ 3 มีลักษณะคล้ายกล่องขนาดเล็ก ใช้นิโคตินเหลวแบบหยดหรือแบบเติม (ต้นปี ค.ศ. 2010) หรือรุ่น advanced personalized vaporizer หรือ box หรือ tank จุดเด่นคือมีลักษณะคล้ายกล่องขนาดเล็ก ใช้นิโคตินเหลวแบบหยด หรือแบบเติม



ภาพที่ 3 รุ่นที่ 3 Tank/Mods

ที่มา: U.S. Department of Health and Human Service (n.d.)

ระยะที่ 4 คือ Pod/Vape มีขนาดเล็กคล้าย flash drive สามารถชาร์จเข้ากับคอมพิวเตอร์ ใช้นิโคตินใน pod หรือตลับสำเร็จรูป นิโคตินที่ใช้เป็นนิโคตินที่ปรับโครงสร้างทางเคมี ไม่มีการเผาไหม้ (กลางปี ค.ศ. 2010)



ภาพที่ 4 รุ่นที่ 4 Pod

ที่มา: U.S. Department of Health and Human Service (n.d.)

ระยะที่ 5 คือ Toy Pod พัฒนามาจากระยะที่ 4 ผลิตเลียนแบบตุ๊กตาของเล่น การ์ตูน ทำเหมือนกล่องนม ขวดน้ำผลไม้ ไปจนถึงเครื่องเขียน เลียนแบบได้เหมือนสมจริงทั้งรูปร่างหน้าตา ขนาด สีสัณ และมีความเล็ก (ระหว่างปี 2023-2024)



ภาพที่ 5 รุ่นที่ 5 Toy Pod

ที่มา : สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย (2567)

มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (2566) นำเสนอสาเหตุของการผลิตบุหรี่ไฟฟ้าไว้ 3 ประการ ดังนี้

1) ทั่วโลกกำหนดมาตรการห้ามสูบบุหรี่มวนในสถานที่สาธารณะ เนื่องจากความตื่นตัวถึงผลกระทบของควันบุหรี่มือสอง จึงมีผู้คิดค้นบุหรี่ไฟฟ้าขึ้น ซึ่งไม่มีการเผาไหม้เหมือนบุหรี่มวน

2) ความเชื่อที่ว่าบุหรี่ไฟฟ้าเป็นการนำสารนิโคตินเข้าสู่ร่างกายที่สะอาดกว่าบุหรี่ธรรมดาเนื่องจากไม่มีการเผาไหม้ และไม่มีการกลั่นที่นำรังเกียจ

3) ความเชื่อที่ว่าเพื่อลดอันตรายจากการสูบบุหรี่

การศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุหรี่ไฟฟ้า พบปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่ออกาสเข้าถึงบุหรี่ไฟฟ้าของกลุ่มเด็กและเยาวชน คือ ผู้ที่ชื่นชอบกลิ่นบุหรี่ไฟฟ้า เคยใช้บุหรี่มวนและติ่มสุรา ได้รับควันบุหรี่และถูกชักชวนให้ทดลองสูบบุหรี่ มีความเชื่อว่าบุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัยกว่าบุหรี่มวน และผู้ที่ไม่มีความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า และอันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า ปัจจัยเหล่านี้จึงเป็นอีกหนึ่งคำตอบว่าเพราะเหตุใด บุหรี่ไฟฟ้าจึงต้องมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์อยู่ตลอดเวลา

ผลกระทบจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้าและสารเคมีในบุหรี่ไฟฟ้า

การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าพบข้อมูลผลกระทบจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้า (สุวรรณ เรื่องกฤษฎาญเศรษฐ์, ภัศรา จงขจรพงษ์, วิชช์ เกษมทรัพย์, Stephen Hamann, เนาวรัตน์ เจริญค้า, นิตศน์ ศิริชาติรัตน์, และวศิน พิพัฒน์ฉัตร, 2566) คือ

1) นิโคตินเป็นสารเสพติดที่มีภาวะเสพติดสูงที่สุด โดยสูงกว่าเฮโรอีน โคเคน แอมเฟตามีนและกัญชา นิโคตินที่พบในใบยาสูบมีฤทธิ์เป็นด่างสูงทำให้เกิดอาการระคายเคืองที่คอ ทางเดินหายใจและทางเดินอาหารส่วนต้น เพื่อให้ง่ายต่อการสูบบุหรี่ของผู้บริโภคอุตสาหกรรมบุหรี่ไฟฟ้าได้พัฒนานิโคตินสังเคราะห์ที่มีค่าความเป็นด่างลง ส่งผลให้อาการระคายเคืองลดลง สมองสามารถดูดซึมนิโคตินได้รวดเร็วทำให้ผู้บริโภคมีความเสี่ยงต่อการเสพติดมากขึ้นกว่าบุหรี่มวน

2) ผลกระทบต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด การสูบบุหรี่ไฟฟ้าส่งผลให้ผนังหลอดเลือดแดงมีความแข็งตัวขึ้น ความดันโลหิตสูงขึ้น เพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ

3) ผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจ ส่วนประกอบในบู่หรือไฟฟ้า ได้แก่ สารเคมี อนุภาคนาโน โลหะหนัก สารชีวพิษ ทำให้เกิดการอักเสบ ส่งผลต่อความเสียหายของเซลล์ปอด และทำให้เกิดโรคหอบหืดและโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

4) ผลกระทบต่อระบบประสาท นิโคตินส่งผลต่อระบบประสาท กระตุ้นให้เกิดปัญหาทางสุขภาพจิต เช่น ภาวะซึมเศร้า จิตเภท โดยจากการทดลองให้หนูได้สัมผัสไอบู่หรือไฟฟ้านั้น ส่งผลเสียต่อการทำงานของสมอง การดมกลิ่น นอกจากนี้ นิโคตินยังเป็นพิษต่อไมโทคอนเดรียของเซลล์สมอง (stress-induced mitochondrial hyper fusion) ซึ่งส่งผลต่อระบบความจำ การเรียนรู้สติปัญญาและพฤติกรรมของผู้บริโภค

5) ผลกระทบจากอุปกรณ์ พบว่าการใช้แบตเตอรี่ผลิตความร้อนเพื่อหลอมละลายน้ำยาบู่หรือไฟฟ้าให้ระเหยเป็นไอ ก่อให้เกิดความเสี่ยงการระเบิดของบู่หรือไฟฟ้า

สารเคมีที่เป็นส่วนประกอบสำคัญของบู่หรือไฟฟ้า มีหลากหลายชนิด (จิรภัทร์ รัตนขมภู, 2565) สรุปได้ดังนี้

1) นิโคติน เป็นสารสำคัญที่ก่อให้เกิดการเสพติด นิโคตินจะถูกดูดซึมผ่านหลอดเลือดฝอย สามารถดูดซึมเข้าทางผิวหนังและเยื่อร่างกายได้ นิโคตินทำให้ไขมันชนิดไม่ดีในเลือดสูงขึ้น ทำให้หลอดเลือดตีบลง เป็นผลทำให้เกิดโรคเกี่ยวกับหลอดเลือดหัวใจและความดันโลหิตสูงขึ้น

2) โพรไพลีนไกลคอล เป็นสารสังเคราะห์ หากสัมผัสหรือสูดดมเข้าไป อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองที่ดวงตาและปอดได้ โดยเฉพาะผู้ที่เป็โรคปอดหอบหืด และถุงลมโป่งพอง

3) กลีเซอริน เป็นสารที่ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น แต่มีรสชาติหวานเล็กน้อย โดยองค์การอาหารและยาแห่งสหรัฐอเมริกายืนยันถึงความปลอดภัยในการผสมอาหารและยา แต่ยังไม่ได้รับรายงานการยืนยันว่าเมื่อเปลี่ยนรูปแบบเป็นไอระเหยที่สูดดมแล้วจะเกิดผลกระทบอย่างไรต่อร่างกายของผู้บริโภค

4) สารแต่งกลิ่นและรสที่ใช้ในอุตสาหกรรมอาหาร ทั่วไปมีความปลอดภัยในการรับประทาน แต่ไม่ได้รับรายงานยืนยันว่าเมื่อเปลี่ยนรูปแบบเป็นไอระเหยแล้วจะเกิดผลอย่างไรกับร่างกายของผู้บริโภคบู่หรือไฟฟ้า

กล่าวได้ว่า บุหรี่ไฟฟ้าก่อให้เกิดผลกระทบต่อระบบ หลอดเลือดและหัวใจ ระบบทางเดินหายใจ ระบบทางเดินอาหารและ ระบบประสาท การใช้บุหรี่ไฟฟ้านำไปสู่การเสพติดในระยะยาว เนื่องจาก มีส่วนผสมของสารนิโคตินและสารเคมีต่าง ๆ ตลอดจนส่งผลให้ผู้สูบบุหรี่ไม่หลง ความจำสั้นลงและมีปัญหาต่อการเรียนรู้

วาทกรรมและความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า

อุตสาหกรรมยาสูบเป็นผู้พัฒนากลยุทธ์ทางการตลาดของธุรกิจบุหรี่ ไฟฟ้าเพื่อโน้มน้าวใจให้เด็กและเยาวชนสนใจเข้ามาบริโภค โดยกลยุทธ์ทางการ ตลาดมุ่งสร้างความเชื่อว่าผู้สูบบุหรี่ไฟฟ้าเป็นคนทันสมัย อันตรายต่อสุขภาพ น้อยกว่าและไม่เป็นที่รังเกียจของสังคม ซึ่งแบ่งวาทกรรมและความเชื่อออกเป็น 2 กรณี ดังนี้

1) **วาทกรรมและความเชื่อที่ผิดว่าปลอดภัย ไม่มีนิโคติน และเป็น คนทันสมัย** ข้อเท็จจริงพบว่า นายยาบุหรี่ไฟฟ้ามีส่วนประกอบของสารนิโคติน อันเป็นสารที่มีความอันตรายต่อระบบร่างกายหลายส่วน กลิ่นไอบุหรี่ไฟฟ้า ที่หอมมีสารเคมีอันตราย ทำให้เกิดอาการปอดข้าวโพดคั่ว (popcorn lung) อีกทั้ง ไอของบุหรี่ไฟฟ้าเป็นไอระเหยที่ทำให้ปอดของผู้ใช้บุหรี่ไฟฟ้าสัมผัสกับ สารเคมีและอนุภาคโลหะที่เป็นอันตราย เช่น ฟอรัมาลดีไฮด์ นิกเกิล ดีบุก และ ตะกั่ว ดังนั้น การมีความเชื่อว่าบุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัย ไม่มีนิโคติน และเป็นคนทันสมัยจึงเป็นเพียงวาทกรรมที่เกิดขึ้นจากกลยุทธ์ทางการตลาด

2) **วาทกรรมและความเชื่อที่ผิดว่าการสูบบุหรี่ไฟฟ้าช่วยให้ เลิกบุหรี่มวน** ข้อเท็จจริงพบว่า บุหรี่ไฟฟ้าไม่ได้เป็นเครื่องมือช่วยให้ เลิกบุหรี่มวนได้ มีโอกาสเพิ่มความเสี่ยงในการติดนิโคตินและมีแนวโน้ม ใช้บุหรี่มวน ขณะเดียวกันนิโคตินเป็นหนทางนำไปสู่การใช้สารเสพติดชนิดอื่น ๆ

สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย (2565) สรุปความเชื่อและข้อเท็จจริง เกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า ดังนี้

วาทกรรมและความเชื่อที่ เกิดขึ้นในสังคม	ข้อเท็จจริง
1. บุหรี่ไฟฟ้าแค่มีกลิ่นหอม	กลิ่นไอบุหรี่ไฟฟ้ามีสารเคมีอันตราย ทำให้เกิดอาการปอดข้าวโพดคั่ว (popcorn lung) รักษาไม่หาย
2. ไม่เสพติดเพราะบุหรี่ ไฟฟ้าไม่มีนิโคติน	บุหรี่ไฟฟ้ามีสารนิโคติน เมื่อสูบบุหรี่ ไฟฟ้าสารนิโคตินจะถูกส่งไปยังสมองภายใน 7 วินาที สมองวัยรุ่นยังเติบโตไม่เต็มที่เสี่ยง ต่อการเสพติดนิโคตินมากขึ้น
3. บุหรี่ไฟฟ้าเป็นแค่ออน้ำ	ไอของบุหรี่ไฟฟ้าไม่ใช่ไอน้ำ เป็นไอ ระเหยที่ทำให้ปอดของผู้ใช้บุหรี่ไฟฟ้าสัมผัส กับสารเคมีและอนุภาคโลหะที่เป็นอันตราย เช่น พอร์มาลดีไฮด์ นิกเกิล ดีบุก และตะกั่ว
4. สูบบุหรี่ไฟฟ้าไม่ใช่การ สูบบุหรี่จริง	งานวิจัยแสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ ไฟฟ้ามีแนวโน้มที่จะไปทดลองสูบบุหรี่จริง

ช่องทางการเข้าถึงบริการเลิกบุหรี่

ช่องทางการบริการให้คำปรึกษาช่วยเลิกบุหรี่ไฟฟ้าและส่งต่อเพื่อเข้ารับบริการทางการแพทย์และสาธารณสุข เกี่ยวกับการเลิกบุหรี่ไฟฟ้าสำหรับเด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไป ผู้มีความประสงค์จะขอรับบริการสามารถติดต่อได้ที่สถานพยาบาลทุกแห่ง ซึ่งได้มีการประชาสัมพันธ์ช่องทางการเลิกบุหรี่ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2566) ดังนี้

- 1) สายด่วนเลิกบุหรี่ หมายเลข 1600 เป็นบริการให้คำปรึกษาและช่วยวางแผนเลิกบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า
- 2) คลินิกเลิกบุหรี่ (คลินิกฟ้าใส) กระจายอยู่ตามโรงพยาบาลมากกว่า 500 แห่ง ทั่วประเทศ

- 3) **ร้านยาอาสาพาเลิกบุหรี่** เป็นโครงการของสำนักงานกองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) สามารถเข้ารับบริการจากร้านขายยาที่แสดงสัญลักษณ์ “ร้านยาอาสาพาเลิกบุหรี่”
- 4) **คลินิกออนไลน์** ให้บริการเลิกบุหรี่ด้วยระบบโทรเวชภัณฑ์ (Tele Medicine) และติดตามการบำบัดอย่างต่อเนื่องผ่านระบบออนไลน์

กฎหมายและโทษทางอาญาในฐานะความผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า

1) **ประกาศกระทรวงพาณิชย์ เรื่อง กำหนดให้บารากูและบารากูไฟฟ้าหรือบุหรี่ไฟฟ้าเป็นสินค้าที่ต้องห้ามในการนำเข้ามาภายในราชอาณาจักร พ.ศ. 2557** เป็นการออกประกาศโดยอาศัยอำนาจตามพระราชบัญญัติการส่งออกไปนอกและการนำเข้ามาในราชอาณาจักรซึ่งสินค้า พ.ศ. 2522 ที่กำหนดมาตรการ “ห้ามนำเข้ามาภายในราชอาณาจักร” ได้แก่ บารากูดั้งเดิม บารากูไฟฟ้า บุหรี่ไฟฟ้า ผู้ฝ่าฝืนต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 10 ปี ปรับเป็นเงิน 5 เท่าของสินค้า หรือทั้งจำทั้งปรับและริบสินค้านั้น รวมทั้งสิ่งที่ใช้บรรจุและพาหนะที่ใช้ในการบรรทุกสินค้านั้นด้วย

2) **คำสั่งคณะกรรมการว่าด้วยความปลอดภัยของสินค้าและบริการ ที่ 24/2567** กำหนดห้ามผู้ประกอบการธุรกิจผลิตเพื่อขาย ห้ามขาย หรือให้บริการสินค้าบารากู บารากูไฟฟ้าหรือบุหรี่ไฟฟ้า หรือตัวยาบารากู น้ำยาสำหรับเติมบารากูหรือบุหรี่ไฟฟ้า ผู้ใดฝ่าฝืนต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินสามปี หรือปรับไม่เกินหกแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

3) **พระราชบัญญัติศุลกากร พ.ศ. 2560** กำหนดมาตรการห้ามนำเข้าซึ่งของที่ยังมิได้ผ่านพิธีการศุลกากร ซึ่งรวมถึงสินค้าบุหรี่ไฟฟ้าทั้งหมด หากผู้ใดฝ่าฝืนต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 10 ปี ปรับเป็นเงิน 4 เท่าของสินค้านั้น ซึ่งรวมค่าอากรหรือทั้งจำทั้งปรับและให้ริบของนั้น รวมถึง “การซื้อ หรือรับไว้โดยประการใดซึ่งสินค้าบุหรี่ไฟฟ้า” ผู้ใดฝ่าฝืนต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี ปรับเป็นเงิน 4 เท่าของสินค้าซึ่งรวมค่าอากรหรือทั้งจำทั้งปรับ

4) พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560 กำหนด
มาตรการสำคัญที่เกี่ยวข้อง อาทิ ห้ามขายยาสูบให้เด็กและเยาวชนอายุต่ำกว่า
20 ปีบริบูรณ์ การกำหนดเขตปลอดบุหรี่ ผู้สูบบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้าในพื้นที่เขต
ปลอดบุหรี่ต้องระวางโทษปรับ เป็นจำนวน 5,000 บาท

กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับฐานความผิดกรณีบุหรี่ไฟฟ้า ครอบคลุม ทั้งการ
ห้ามนำเข้า ผลิต จำหน่าย ให้บริการ และครอบครอง รวมทั้งสูบบุหรี่อบริโภคใน
พื้นที่ห้ามสูบ เช่น สถานศึกษา ร้านอาหาร สถานที่ราชการ เป็นต้น

ส่วนที่ 3

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ถูกพัฒนาขึ้นจากการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับบู่หรือไฟฟ้า ประกอบด้วย ข้อมูลสภาพ ปัญหาเกี่ยวกับบู่หรือไฟฟ้า และความ ต้องการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ ครอบคลุม รูปแบบ และวิธีการจัดกิจกรรม สื่อการเรียนรู้ และรูปแบบการประเมินผลการเรียนรู้ โดยประยุกต์แนวความคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential Learning) 4 ขั้นตอน คือ ขั้นประสบการณ์เป็นรูปธรรม ขั้นสังเกตอย่างไตร่ตรอง ขั้นสร้างแนวคิดเชิงนามธรรม ขั้นทดลองประยุกต์แนวคิดมาใช้ออกแบบแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนี้

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

เรื่อง การรู้เท่าทันบู่หรือไฟฟ้า สำหรับเด็กและเยาวชนการศึกษานอกระบบ
ระดับ มัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า

(ช่วงอายุระหว่าง 15-25 ปี)

ระยะเวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

จำนวนผู้ร่วมกิจกรรมที่แนะนำ 30 คน

1. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

บู่หรือไฟฟ้า เป็นผลิตภัณฑ์ยาสูบชนิดหนึ่งที่มีส่วนประกอบของ สารนิโคติน สารปรุงแต่ง และสารเคมีหลายชนิดที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย โดยบู่หรือไฟฟ้ามีพัฒนาการมาทั้งหมด 5 ระยะ สาเหตุของการพัฒนาเพราะ ผู้พัฒนาเชื่อว่าบู่หรือไฟฟ้าไม่มีการเผาไหม้ อันตรายน้อยกว่าบู่หรือมวน และบู่หรือมวนมีกลิ่นเหม็น ภาพลักษณ์ไม่ดี ซึ่งข้อเท็จจริงบู่หรือไฟฟ้าส่งผลกระทบต่อ ร่างกาย ระบบหัวใจและหลอดเลือด ระบบทางเดินหายใจ ระบบประสาท และเสี่ยงต่อการระเบิดของอุปกรณ์ที่ใช้งาน อย่างไรก็ตามผู้ผลิตบู่หรือไฟฟ้า ได้สร้างวาทกรรมในสังคมเพื่อเป็นกลยุทธ์ทางการตลาดหลอกล่อนักสูบหน้าใหม่ เช่น ปลอดภัยไม่มีนิโคติน หรือช่วยให้เลิกบู่หรือมวน ส่งผลให้เด็กและเยาวชน กลายเป็นผู้ใช้บู่หรือไฟฟ้าและได้รับอันตรายจากการบริโภค ทั้งนี้ การส่งเสริมให้

ผู้เรียนมีความรู้เกี่ยวกับบุงหรีไฟฟ้าและช่องทางการเข้ารับบริการเลิกบุงหรีไฟฟ้า โดยดิ่งประสพการณ้เดิมของผู้เรียนมาประกอบกักิจกรรมการเรียนรู้ จะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจและตระหนักถึงโทษ พิษภัย และอันตรายจากบุงหรีไฟฟ้า นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อการมีสุขภาพที่ดีได้

2. วัตถุประสงค์การเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถ

- 1) อธิบายประสพการณ้ของตนเองเกี่ยวกับบุงหรีไฟฟ้า
- 2) วิเคราะห์ประสพการณ้ของกลุ่มผู้เรียนเกี่ยวกับบุงหรีไฟฟ้าในประเด็นที่กำหนดได้
- 3) อภิปรายความรู้เดิมเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ยีนมา มุมมองของตนเองต่อบุงหรีไฟฟ้าและข้อความที่ใช้ในสื่อโฆษณา
- 4) อธิบายความรู้ใหม่เกี่ยวกับข้อมูลของบุงหรีไฟฟ้า โทษ พิษภัย และกลยุทธีการตลาดของบุงหรีไฟฟ้า
- 5) เปรียบเทียบข้อเท็จจริงกับความเข้าใจของตนเองเกี่ยวกับบุงหรีไฟฟ้า โทษ พิษภัย และกลยุทธีการตลาดของบุงหรีไฟฟ้า
- 6) สังเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับบุงหรีไฟฟ้า โทษ พิษภัย และกลยุทธีการตลาดของบุงหรีไฟฟ้า
- 7) ออกแบบและผลิตสื่อเพื่อสื่อสารความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับบุงหรีไฟฟ้า โทษ พิษภัย และรู้เท่าทันกลยุทธีการตลาดของบุงหรีไฟฟ้าบนพื้นที่สื่อของตนเอง

3. การจัดสภาพแวดล้อมในพิ้นที่เรียนรู้ จัดโต๊ะในห้องเรียนให้ผู้เรียนนั่งเป็นกลุ่ม จัดบอร์ดให้ความรู้โดยใช้โปสเตอร์หรือสิ่งพิมพ์ที่เกี่ยวข้องกับบุงหรีไฟฟ้าของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย หรือ มูลนิธิธรรรงค์เพื่อการไม่สูบบุงหรี

4. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้วิธีจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์

4.1 ชี้นำเข้าสู่กิจกรรม (20 นาที)

วิธีดำเนินการ

- 1) ผู้ดำเนินกิจกรรมแนะนำตัวและชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้และรายละเอียดเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนรู้
- 2) ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกแบบทดสอบก่อนเรียนให้ผู้เรียนทำก่อนเริ่มกิจกรรม แบบทดสอบก่อนเรียนเป็นแบบเลือกตอบจำนวน 10 ข้อ ให้เวลาผู้เรียนทำแบบทดสอบ 10 นาที
- 3) ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คน จำนวน 5 กลุ่ม จากนั้นให้แต่ละกลุ่มตั้งชื่อกลุ่มของตนเอง

4.2 สร้างประสบการณ์ผ่านการเรียนรู้ด้วยตนเอง (45 นาที)

วิธีดำเนินการ

- 1) ผู้ดำเนินกิจกรรมสนทนากับผู้เรียนโดยตั้งประเด็นคำถาม ดังนี้
 - ผู้เรียนเคยได้ยินหรือเคยเห็นสื่อโฆษณาบุหรี่ปัฟฟ้าหรือไม่ เห็นจากช่องทางใด
 - ให้ผู้เรียนลองนึกถึงสิ่งที่เคยได้ยินและได้เห็นเกี่ยวกับบุหรี่ปัฟฟ้า
- 2) ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มระดมสมองร่วมกันเขียนประสบการณ์ที่พบใน 3 หัวข้อ ได้แก่
 - ข้อความที่ใช้ในสื่อโฆษณาบุหรี่ปัฟฟ้าที่เคยเห็น
 - สิ่งที่ได้ยินมาเกี่ยวกับบุหรี่ปัฟฟ้า
 - มุมมองของตนเองต่อบุหรี่ปัฟฟ้า

โดยให้ผู้เรียนเขียนข้อความลงในกระดาษ Post-it ที่แจกให้ แล้วนำไปติดที่บอร์ดหรือกระดาษ Flip chart โดยให้แบ่งเป็น 3 ช่องดังภาพ ให้เวลาในการเขียน 20 นาที

ข้อความที่ใช้ในสื่อโฆษณาบุหรี่ไฟฟ้า	
สิ่งที่ได้ยินมาเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า	มุมมองของตนเองต่อบุหรี่ไฟฟ้า

- 3) เมื่อหมดเวลาผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มอธิบายถึงสิ่งที่เขียนให้ผู้เรียนกลุ่มอื่นได้ฟัง
- 4) ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นของผู้เรียนเกี่ยวกับสิ่งที่ผู้เรียนได้ยิน/รับรู้ว่า เพื่อใช้ในการอภิปรายขั้นต่อไป

4.3 บันทึกรายการการเรียนรู้ หรือบทวนการเรียนรู้ (30 นาที)

วิธีดำเนินการ

- 1) ผู้ดำเนินกิจกรรมอภิปรายแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า สลับกับการตั้งคำถามให้ผู้เรียนคิดและอภิปรายร่วมกัน และเชื่อมโยงกับสิ่งที่ผู้เรียนเขียนในขั้นตอนที่ผ่านมา และนำเสนอข้อเท็จจริงเพื่อให้ข้อมูลที่ถูกต้องโดยใช้สื่ออินโฟกราฟิก โดยอภิปรายในประเด็นดังนี้
 - วาทกรรมและความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า เช่น บุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัย ไม่มีนิโคติน คนสูบลแล้วดูเป็นคนทันสมัย การสูบบุหรี่ไฟฟ้าช่วยให้เลิกบุหรี่มวนได้
 - เหตุผลที่เกิดวาทกรรมและความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกิดจากกลยุทธ์การทำการตลาดของอุตสาหกรรมยาสูบ
- 2) ผู้ดำเนินกิจกรรมบรรยายเพิ่มเติมเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า ในหัวข้อ
 - สภาพและปัญหาเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า

- ผลกระทบจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้าและสารเคมีในบุหรี่ไฟฟ้า
 - กฎหมายและโทษทางอาญาในฐานะความผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า
 - ช่องทางการเข้าถึงบริการเลิกบุหรี่
- 3) ผู้ดำเนินกิจกรรมและผู้เรียนร่วมกันสรุปความรู้ร่วมกันเพื่อนำไปสู่กิจกรรมขั้นถัดไป

4.4 ชิ้นสรุปองค์ความรู้และประยุกต์ใช้องค์ความรู้ที่ได้รับ (70 นาที)

วิธีดำเนินการ

- 1) ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มนำความรู้จากขั้นสะท้อนการเรียนรู้มาสร้างสื่อ โดยให้ผู้เรียนศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมจากสื่อการเรียนรู้ที่จัดไว้ในพื้นที่จัดกิจกรรม ให้ผู้เรียนเลือกโจทย์ในการผลิตสื่อ ดังนี้
 - (1) เชิญชวนให้เลิกบุหรี่ไฟฟ้า
 - (2) ความเข้าใจผิดและข้อเท็จจริงเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า
 - (3) จะป้องกันตัวเองอย่างไรให้ห่างไกลบุหรี่ไฟฟ้า
 - (4) อัตรายาที่ควรรู้เกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า
 - (5) บุหรี่ไฟฟ้าผิดกฎหมายอย่างไร

ทั้งนี้ การเลือกโจทย์ให้ผู้เรียนส่งตัวแทนกลุ่มมาเลือกโจทย์จากกล่องสุ่ม หรือ วงล้อสุ่ม
- 2) รูปแบบของสื่อที่ผลิตผู้ดำเนินกิจกรรมสามารถกำหนดได้ตามลักษณะและบริบทของสถานศึกษา ดังนี้
 - กรณีที่ผู้เรียนสามารถใช้โทรศัพท์ Smartphone ในชั้นเรียนได้ ให้ผลิตคลิป TikTok ความยาว 30 วินาที และเผยแพร่ผ่าน TikTok และสื่อสังคมออนไลน์อื่น ๆ ที่สมาชิกในกลุ่มใช้งาน
 - กรณีที่ผู้เรียนใช้โทรศัพท์มือถือ Smartphone ไม่ได้ ให้ผลิตโปสเตอร์ และนำไปติดที่บอร์ดในชุมชนของตนเอง

- 3) เมื่อผู้เรียนผลิตสื่อเรียบร้อยแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอแนวคิดในการผลิตสื่อ พร้อมตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลในสื่อก่อนการเผยแพร่สู่สาธารณะ

4.5 ชิ้นสรุปกิจกรรม (15 นาที)

วิธีดำเนินการ

- 1) ผู้ดำเนินกิจกรรมอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้เรียน ตามตอบเกี่ยวกับเจตคติที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า และสรุปบทเรียน ดังนี้
 - ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปสาระสำคัญเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า ได้แก่ สภาพและปัญหาเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า วาทกรรมและความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า กลยุทธ์การทำการตลาดของอุตสาหกรรมยาสูบ ผลกระทบจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้าและสารเคมีในบุหรี่ไฟฟ้า กฎหมายและโทษทางอาญาในฐานความผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า และช่องทางการเข้าถึงบริการเลิกบุหรี่
 - ผู้ดำเนินกิจกรรมตั้งประเด็นถามผู้เรียนเกี่ยวกับเจตคติที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า เช่น ถ้าผู้เรียนพบเพื่อนที่สูบบุหรี่ไฟฟ้าจะแนะนำเขาว่าอย่างไร ถ้าเพื่อนชวนให้สูบบุหรี่ไฟฟ้าจะปฏิบัติตนอย่างไร
- 2) ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนเป็นแบบเลือกตอบจำนวน 10 ข้อ ใ้เวลาผู้เรียนทำแบบทดสอบ 10 นาที

5. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- 1) สื่อนำเสนอรายละเอียดกิจกรรมการเรียนรู้
- 2) สื่อนำเสนอความรู้เกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า สภาพและปัญหาเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า กลยุทธ์การตลาด ความเชื่อและวาทกรรม โทษและผลกระทบของบุหรี่ไฟฟ้า เช่น โปสเตอร์ แผ่นพับ ภาพเคลื่อนไหว ตัวอย่างสื่อที่สามารถใช้ได้จากเว็บไซต์ของสถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย www.tyithailand.or.th หรือ เว็บไซต์ของมูลนิธิธรมรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ <https://www.smokefreezone.or.th/>

- 3) กระดาษ Post-it สี
- 4) ปากกาเมจิก
- 5) บอร์ดหรือ Flip chart

6. การวัดและประเมินผล

- 1) แบบทดสอบก่อนเรียน
- 2) แบบทดสอบหลังเรียน

แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

แบบทดสอบก่อนเรียน

- 1) บุหรี่ไฟฟ้า คืออะไร
 - ก. ผลิตภัณฑ์เผาไหม้ใบยาสูบ
 - ข. ผลิตภัณฑ์ส่งมอบนิโคตินเข้าสู่ร่างกายโดยใช้ความร้อน
 - ค. ผลิตภัณฑ์ส่งมอบใบยาสูบเข้าสู่ร่างกาย
 - ง. ผลิตภัณฑ์ส่งมอบนิโคตินเข้าสู่ร่างกายโดยการเผาไหม้
- 2) อุปกรณ์ต่อไปนี้ ข้อใดไม่ใช่ส่วนประกอบสำคัญของบุหรี่ไฟฟ้า
 - ก. แบตเตอรี่
 - ข. อุปกรณ์ให้ความร้อน
 - ค. ตลับบรรจุนิโคติน
 - ง. สายคล้องคอ
- 3) ในน้ำยาบุหรี่ไฟฟ้า มีสารเคมีชนิดใดบ้าง
 - ก. นิโคติน
 - ข. กลีเซอริน
 - ค. โพรพิลีนไกลคอล
 - ง. ถูกทุกข้อ
- 4) ข้อใดไม่ใช่สาเหตุของการพัฒนาบุหรี่ไฟฟ้า
 - ก. บุหรี่มวนแบบเดิมมีภาพลักษณ์ไม่ดี
 - ข. บุหรี่มวนมีกลิ่นเหม็น
 - ค. บุหรี่มวนมีราคาสูง
 - ง. บุหรี่มวนมีการเผาไหม้
- 5) กลยุทธ์การตลาดที่สำคัญที่ใช้หลอกลวงน้อง ๆ ให้ใช้บุหรี่ไฟฟ้า คือ ข้อใด
 - ก. จัดโปรโมชั่นลด แลก แจก แถม
 - ข. ให้ข้อมูลว่าบุหรี่ไฟฟ้าปลอดภัยกว่าบุหรี่มวน
 - ค. ใช้การโฆษณาผ่านวิทยุโทรทัศน์เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย
 - ง. จัดให้ทดลองสูบก่อนสั่งซื้อสินค้าจริง

- 6) กลิ่นหอม ๆ หวาน ๆ ของบุหรี่ไฟฟ้าส่งผลอย่างไรต่อร่างกาย
- ก. เป็นเพียงกลิ่นหอมของผลไม้ไม่เป็นอันตราย
 - ข. เป็นเพียงสารปรุงแต่งตามธรรมชาติไม่อันตราย
 - ค. อันตราย ทำให้เกิดอาการปอดอักเสบ
 - ง. อันตราย ทำให้พฤติกรรมเคยชินกับบุหรี่ไฟฟ้า
- 7) ข้อใด **ไม่ใช่** สิ่งที่เกิดขึ้นจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้า
- ก. เลิกสูบบุหรี่มวนได้
 - ข. ความดันโลหิตสูง
 - ค. ปอดอักเสบเรื้อรัง
 - ง. ภาวะซึมเศร้า
- 8) สารนิโคตินในบุหรี่ไฟฟ้า จะส่งผลอย่างไรต่อระบบประสาทและสมองของน้อง ๆ เยาวชน
- ก. ลดประสิทธิภาพการเรียนรู้และความจำ
 - ข. ลดประสิทธิภาพของสมรรถนะทางเพศ
 - ค. ช่วยพัฒนาระบบความจำ
 - ง. ช่วยพัฒนาให้ร่างกายมีความสุข
- 9) ข้อใดต่อไปนี้ **ไม่ใช่** ความผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า
- ก. สูบบุหรี่ไฟฟ้าในที่สาธารณะปรับ 5,000 บาท
 - ข. นำเข้าบุหรี่ไฟฟ้าจากต่างประเทศ จำคุกไม่เกิน 10 ปี
 - ค. ซื้อบุหรี่ไฟฟ้าจากแหล่งจำหน่าย จำคุกไม่เกิน 5 ปี
 - ง. ผู้ซื้อไม่ผิดกฎหมาย แต่ผู้ขายผิดกฎหมาย จำคุกไม่เกิน 3 ปี
- 10) ถ้าฉันต้องการเลิกบุหรี่ไฟฟ้า หรือช่วยให้คนรอบตัวเลิกบุหรี่ไฟฟ้า ฉันควรติดต่อสายด่วนหมายเลขใด
- ก. 1690
 - ข. 1193
 - ค. 191
 - ง. 1600

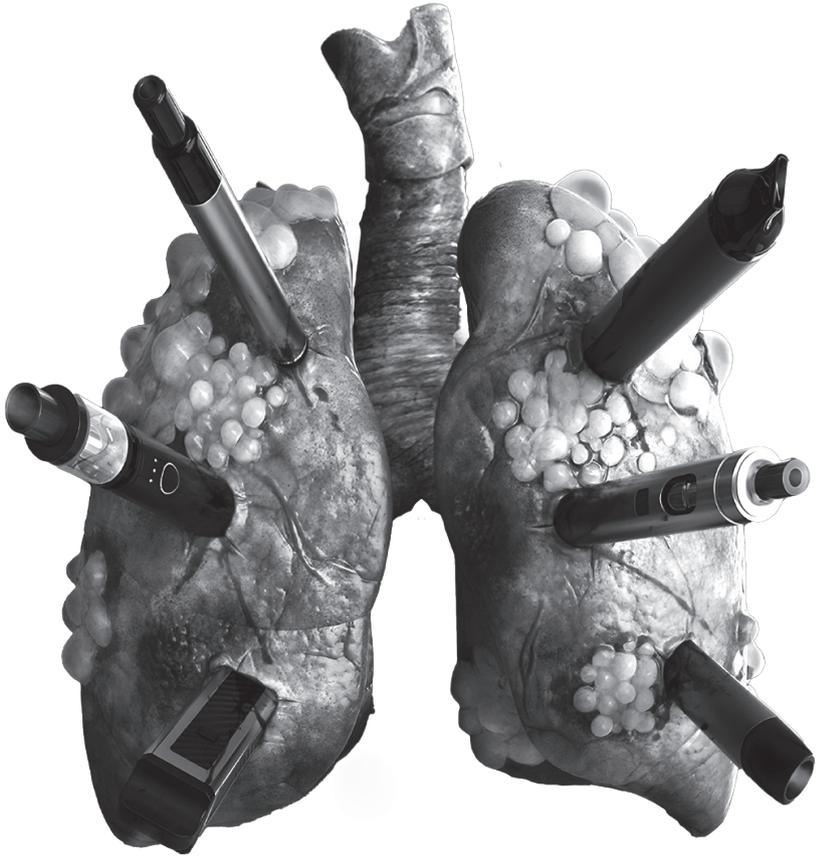
แบบทดสอบหลังเรียน

- 1) บุหรี่ไฟฟ้า คือ หมายถึงอะไร
 - ก. ผลิตภัณฑ์ส่งมอบนิโคตินเข้าสู่ร่างกายโดยใช้ความร้อน
 - ข. ผลิตภัณฑ์เผาไหม้ใบยาสูบ
 - ค. ผลิตภัณฑ์ส่งมอบใบยาสูบเข้าสู่ร่างกาย
 - ง. ผลิตภัณฑ์ส่งมอบนิโคตินเข้าสู่ร่างกายโดยการเผาไหม้
- 2) อุปกรณ์ข้อใดต่อไปนี้ **ไม่ใช่** ส่วนประกอบของบุหรี่ไฟฟ้า
 - ก. ตลับบรรจุนิโคติน
 - ข. อุปกรณ์ให้ความร้อน
 - ค. แบตเตอรี่ให้พลังงาน
 - ง. สายห้อยคอ
- 3) ในบุหรี่ไฟฟ้ามีสารเคมีที่เป็นอันตราย คือ สารเคมีอะไร
 - ก. โพรพิลีนไกลคอล
 - ข. กลีเซอริน
 - ค. นิโคตินสังเคราะห์
 - ง. ถูกทุกข้อ
- 4) ข้อ**ไม่ใช่**สาเหตุของการพัฒนาบุหรี่ไฟฟ้า
 - ก. บุหรี่มวนแบบเดิมมีภาพลักษณ์ไม่ดี
 - ข. บุหรี่มวนมีกลิ่นเหม็น
 - ค. บุหรี่มวนราคาแพง
 - ง. บุหรี่มวนมีการเผาไหม้
- 5) ร้านค้า/เว็บไซต์ขายบุหรี่ไฟฟ้า ใช้กลยุทธ์ใดในการหลอกล่อให้น้อง ๆ ใช้บุหรี่ไฟฟ้า
 - ก. จัดโปรโมชั่นลด แลก แจก แถม
 - ข. ให้ข้อมูลว่าบุหรี่ไฟฟ้าไม่มีสารนิโคตินและอันตรายน้อยกว่า
 - ค. ใช้การโฆษณาผ่านวิทยุโทรทัศน์เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย
 - ง. จัดให้ทดลองสูบก่อนสั่งซื้อสินค้าจริง

- 6) กลิ่นไอรระเหยหอม ๆ หวาน ๆ ของบุงหรีไฟฟ้าส่งผลอย่างไรต่อร่างกาย
- ก. เป็นเพียงกลิ่นหอมของผลไม้ไม่เป็นอันตราย
 - ข. เป็นเพียงสารปรุงแต่งตามธรรมชาติไม่อันตราย
 - ค. อันตราย ทำให้เกิดอาการปวดหัวโพดคั่ว
 - ง. อันตราย ทำให้พฤติกรรมเคยชินกับบุงหรีไฟฟ้า
- 7) ข้อใด **ไม่ใช่** สิ่งที่เกิดขึ้นจากการสูบบุงหรีไฟฟ้า
- ก. ความดันโลหิตสูง
 - ข. ปอดอุดกั้นเรื้อรัง
 - ค. ภาวะซึมเศร้า
 - ง. ลดการสูบบุงหรีมวนได้
- 8) ข้อใดเป็นผลกระทบของนิโคตินต่อระบบประสาทและสมองของเยาวชน
- ก. ประสิทธิภาพการเรียนรู้และความจำลดลง
 - ข. ลดประสิทธิภาพของสมรรถนะทางเพศ
 - ค. ช่วยพัฒนาระบบความจำ
 - ง. ช่วยพัฒนาให้ร่างกายความสุข
- 9) ข้อใดต่อไปนี **ไม่ใช่** ความผิดเกี่ยวกับบุงหรีไฟฟ้า
- ก. สูบบุงหรีไฟฟ้าในที่สาธารณะปรับ 1,000 บาท
 - ข. นำเข้าบุงหรีไฟฟ้าจากต่างประเทศ จำคุกไม่เกิน 10 ปี
 - ค. ซื้อบุงหรีไฟฟ้าจากแหล่งจำหน่าย จำคุกไม่เกิน 5 ปี
 - ง. ผู้จำหน่ายผิดกฎหมาย จำคุกไม่เกิน 3 ปี
- 10) หากต้องการเลิกสูบบุงหรีไฟฟ้าหรือแนะนำช่องทางการเลิกบุงหรีไฟฟ้าสามารถขอคำปรึกษาจากสายด่วนหมายเลขใด
- ก. 1600
 - ข. 1193
 - ค. 191
 - ง. 1690

เฉลยแบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ข้อ	ก่อนเรียน	หลังเรียน
1	ข	ก
2	ง	ง
3	ง	ง
4	ค	ค
5	ข	ข
6	ค	ค
7	ก	ง
8	ก	ก
9	ง	ก
10	ง	ก



ส่วนที่ 4

ตัวอย่างสื่อประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

คุณครูและบุคลากรทางการศึกษานอกระบบ สามารถนำเนื้อหาในส่วนที่ 2 ไปผลิตและพัฒนาสื่อการเรียนรู้สำหรับใช้ประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เองได้ แต่หากไม่สะดวกผลิตและพัฒนาสื่อการเรียนรู้ขึ้นเอง สามารถนำสื่อการเรียนรู้ของหน่วยงานต่าง ๆ ที่มีอยู่แล้วไปใช้ประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้ โดยต้องเลือกสื่อให้เหมาะสมกับเนื้อหาตามแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สำหรับหน่วยงานที่มีการผลิตและพัฒนาสื่อการเรียนรู้ เรื่อง บุหรี่ไฟฟ้า มีดังนี้

ลำดับ	หน่วยงาน	ช่องทางการเข้าถึงสื่อ
1	สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)	สื่อสร้างสุข https://www.thaihealth.or.th/category/happy-media/
2	สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย	www.tyithailand.or.th
3	มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่	https://www.smokefree-zone.or.th/media.php

ส่วนที่ 4 ขอแนะนำสื่อการเรียนรู้ เกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้า ของสถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย ในประเด็นต่าง ๆ ซึ่งคุณครูและบุคลากรทางการศึกษานอกระบบ สามารถเลือกนำไปประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้ทางเว็บไซต์ www.tyithailand.or.th หรือ Scan QR code



ตัวอย่างสื่อที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับโทษ พิษภัย และผลกระทบจาก บุหรี่ไฟฟ้า



ภาพที่ 6 นำเสนอสารอันตรายในบุหรี่ไฟฟ้า
เข้าถึงได้ที่ [https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.
php?page=1#box-img-5](https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=1#box-img-5)

สูบพอดจัดปอดรื้อ พร้อมระเบิด



สูบพอด (สูบบุหรี่ไฟฟ้า) ทำให้ปอดรื้อ และระบบทางเดินหายใจ เกิดการระคายเคือง โห่ เหนื่อยง่าย โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หลอดลมอักเสบ โรคมะเร็ง เพราะควันบุหรี่ไฟฟ้ามีอะลดีไฮด์กว่าควันบุหรี่มวน

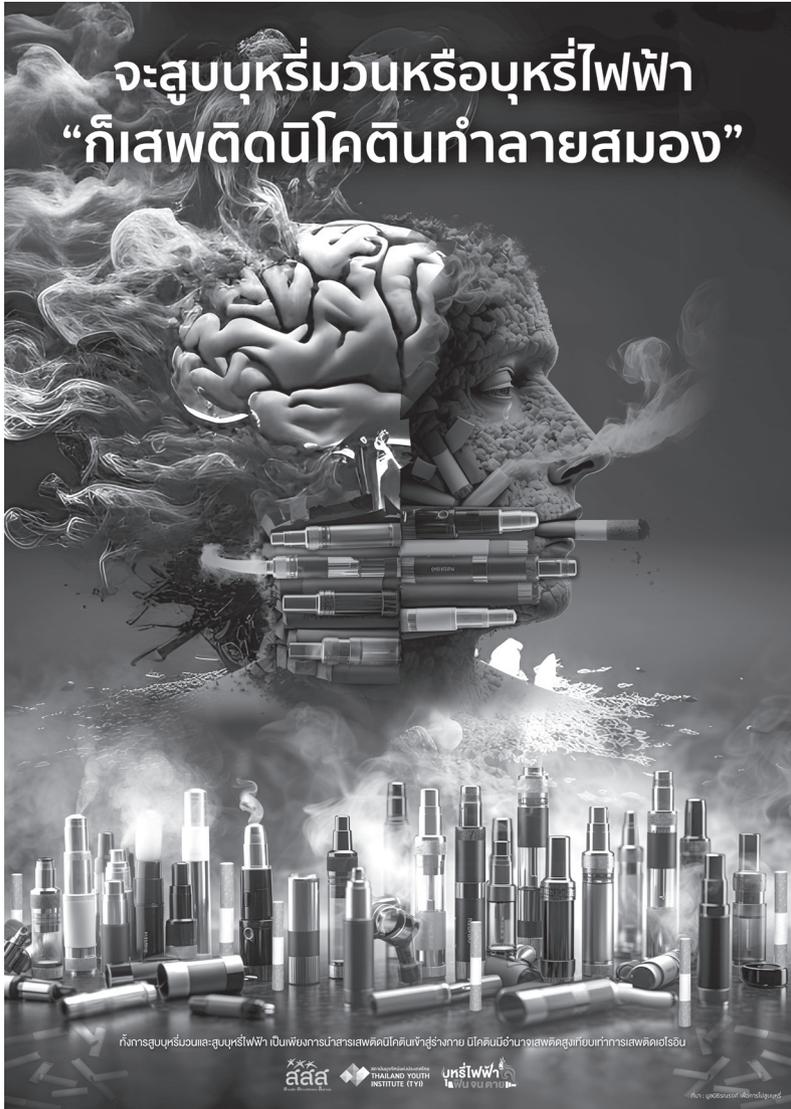


สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
THAILAND YOUTH
INSTITUTE (TYI)



**บุหรี่ไฟฟ้าเป็นสิ่งผิดกฎหมาย ห้ามจำหน่าย ห้ามครอบครอง ห้ามจำหน่าย และให้เลิกการสูบอย่างถาวร

ภาพที่ 7 นำเสนอผลกระทบจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้า
เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=1#box-img-6>



ภาพที่ 8 นำเสนอผลกระทบจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้าและบุหรี่ที่มีนิโคติน
 เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=1#box-img-10>



ภาพที่ 9 นำเสนอผลกระทบจากนิโคตินจากการใช้บุหรี่ไฟฟ้าและบุหรี่
เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=1#box-img-11>

บุหรี่ไฟฟ้า

สารพิษที่คุณทิ้งไว้ให้ลูก

ทุกครั้งที่คุณสูบบุหรี่ไม่ว่าจะสูบหรือไม่นับจะเกิดสารเคมีสะสมอยู่ในอากาศกว่า 4,000 ชนิด "เป็นสารพิษที่ก่อให้เกิดมะเร็ง" สารเหล่านี้อาจอยู่ในควันแล้วถูกเด็กที่อยู่ใกล้สูดดม

ผลกระทบต่อสุขภาพของเด็กและวัยรุ่น

ร้อยละ 52 ของ ผู้ปกครองที่สูบบุหรี่ในบ้าน ควันบุหรี่มือสองจะทำให้เด็กป่วยด้วยโรคต่อไปนี้

ทางออกจากวงจรบุหรี่ จะอย่างไรดี ?

- 1 มุ่งมั่นและลงมือปฏิบัติในบ้าน ในรถ กระทั่งที่ทำงาน ให้เป็นพื้นที่ปลอดควันบุหรี่ และบุหรี่ไฟฟ้าให้ได้
- 2 ทุกๆ ที่ที่พาลูกไปให้เลือกร้านอาหารที่ทำงาน ห้องพัก ร้านอาหาร ให้เป็นสถานที่ปลอดบุหรี่
- 3 จงใจ ขอร้อง กระทั่งร้องขอให้ทุกคนอย่าได้สูบบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้าใกล้คุณและลูกๆ
- 4 ถึงเวลาที่สังคมไทยควรจะทำให้การคุ้มครองเด็กจากพิษควันบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้าเป็นหน้าที่ส่วนบุคคล

53.8% ทำให้หืดจับบ่อยขึ้น

51.8% ติดเชื้อทางเดินหายใจ

48.8% เกิดหลอดลมอักเสบ

37.0% เป็นหวัดบ่อยขึ้น

17.4% เกิดโรคหูน้ำหนวก

สสส. สถาบันยุวทัศน์
ชวนมาเลิกบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า
เพื่อสุขภาพที่ดีสำหรับคุณและคนใกล้ตัว

ที่มา : โครงการรณรงค์รณรงค์สุขภาพเด็กและวัยรุ่นสูบบุหรี่และเรื่องสูบบุหรี่

เลือกบุหรี่โทร 1600

www.tyithailand.or.th | โทร 1600 | @tyi.thailand | tyi.thailand | TYI Thailand

สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
THAILAND YOUTH
INSTITUTE (TYI)

ภาพที่ 10 นำเสนอสารพิษและผลกระทบต่อสุขภาพของเด็กและวัยรุ่น
เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=1#box-img-12>

บุหรี่ไฟฟ้า

ภัยร้ายทำลายสุขภาพ

บุหรี่ไฟฟ้า... ตัวใจดีที่แอบเป็นอันตรายต่อร่างกาย ไร้ค่า ชาญใจไม่ออก โอ จาน สลิมมี จาเซียม บังคับระบบ ระบายความร้อนและควบคุมแรงดันไฟฟ้าในช่องปากและคอ เพื่ออัตราการเดินของหัวใจ หากใช้เข้าไปนานๆ จนเกิดการสะสม จะทำให้เกิดอาการ เชื้อสูบพิษเข้าสู่ เชื้อจุกพิษเข้าสู่ ตับ ตับอ่อน ไต หัวใจ หรืออาจ อดนอนเพลีย วิตกกังวล เช่นที่เรา ควบคุมมัน จึงควรพิจารณาของตัวใจดีนี้ดี โรคหลอดเลือดสมอง และโรคหลอดเลือดหัวใจตามมา



สสส. สถาบันยุวทัศน์
ชวนมาเลิกบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า
เพื่อสุขภาพที่ดีสำหรับคุณและคนใกล้ตัว

สารพิษในบุหรี่ไฟฟ้าประกอบด้วย

- 

นิโคติน (Nicotine)
ที่กระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง เพิ่มความดันโลหิต เพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจ ทำให้เกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด
- 

โพรพิลีนไกลคอล (Propylene glycol)
เป็นสารสังเคราะห์ชนิดหนึ่ง ที่เมื่อสัมผัสหรือสูดดมเข้าไป อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองที่ดวงตาและปอดโดยเฉพาะ ในผู้ที่เป็โรคปอดเรื้อรัง โรคหอบหืด และโรคถุงลมโป่งพอง
- 

สารแต่งกลิ่นและรส (Flavoring)
ประกอบด้วย ไทลูนีน เบนซิล นิทาลีน โทบอลดี โคลเมียน ตะกั่ว เป็นต้น
- 

กลีเซอริน (Glycerin)
เมื่อผสมกับ โพรพิลีนไกลคอล ยิ่งทำให้ไอ หลอดลมตีบ หอบเหนื่อย

แนวทางการลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ไฟฟ้า

- 

ลดปริมาณการสูบบุหรี่ไฟฟ้าให้น้อยลง
- 

ปฏิเสธเมื่อถูกชวน
- 

ออกกำลังกาย เล่นกีฬา หรือทำกิจกรรมอื่นทำ

ที่มา : สถาบันโรคผิวหนัง
☎ เลิกบุหรี่โทรฟรี 1600

www.tyithailand.or.th | ติดต่อเราที่ 02-254-1111
@TYI.Thailand | tyithailand@tyithailand.or.th
tyithailand | TYI Thailand

สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
THAILAND YOUTH INSTITUTE (TYI)

สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย

ภาพที่ 11 นำเสนอสารพิษในบุหรี่ไฟฟ้า
เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=1#box-img-13>

ตัวอย่างสื่อที่มีเนื้อหาให้ข้อเท็จจริงจากข้อมูลที่ไม่ต้อง

บุหรี่-บุหรี่ไฟฟ้า ร้ายกว่าที่คิด?

บุหรี่มวน

VS

บุหรี่ไฟฟ้า

สู่มาก สู่นานยิ่งเสียหาย



1 มวน
นิโคติน = 10 mg.
เข้าสู่ร่างกาย 1.2 mg.

1 ซอง
นิโคติน = 200 mg.



1 Pod นิโคติน
180 - 600 mg.
+ สารอันตราย

- โพรโพลีนไกลคอล
- กลีเซอริน





บุหรี่ไฟฟ้า 1 Pod = บุหรี่มวน 15-5 ซอง
บุหรี่ไฟฟ้านิโคตินสูงกว่าบุหรี่มวน 10-100 เท่า

ที่มา : เครื่องสำอางชีวภาพในการควบคุมการบริโภคยาสูบ

เลิกบุหรี่โทร 1600

www.tyithailand.or.th

@TYI.Thailand

tyi.thailand

สมาคมยุวกาชาดแห่งประเทศไทย

tyithailand@tyithailand.or.th

TYI Thailand

สมาคมยุวกาชาดแห่งประเทศไทย

THAILAND YOUTH INSTITUTE (TYI)

สสส

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย

Health Promotion Research

ภาพที่ 12 นำเสนอความอันตรายจากผลิตภัณฑ์ยาสูบทั้งสองชนิด
เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=2#box-img-16>

บุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า นิโคตินสูง อันตรายเหมือนกัน

สารนิโคติน ที่มีอยู่ในบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า
มีผลต่อสุขภาพ ดังนี้

โรคหัวใจและหลอดเลือด
โอกาสของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่า

โรคมะเร็ง
90% ของคนสูบบุหรี่เสี่ยงต่อโรคมะเร็งปอด

โรคกระเพาะอาหาร
การสูบบุหรี่เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดแผลในกระเพาะอาหาร

โรคกระดูกพรุน
ผู้ที่สูบบุหรี่ต้องสูญเสียมวลกระดูกและเสี่ยงต่อภาวะกระดูกเสื่อมมากกว่าปกติ

โรคความอ้วน
หญิงตั้งครรภ์ที่สูบบุหรี่อาจทำให้ทารกมีน้ำหนักตัวน้อย

ก่อให้เกิดริ้วรอยก่อนวัยอันควร ปิวทาจากอนุมูลอิสระ เช่น อวัยวะเพศไม่แข็งแรง



ระบบประสาทส่วนกลาง
เซ็กซ์ รังซึม รบกวนการนอนหลับผิดปกติ อาหารปวดหัวและมีความเสี่ยงต่อการไหลเวียนของเลือด

ระบบทางเดินอาหาร
แผลในกระเพาะอาหาร โรคท้องอืด อาหารคลื่นไส้ ปากแห้ง กรดไหลย้อน อาหารอาหารไม่ย่อย และโรคมะเร็ง

ระบบหัวใจและหลอดเลือด
ภาวะหลอดเลือดแข็ง และเพิ่มการเกาะเป็นก้อนในกระแสเลือด อัตราการเต้นของหัวใจไม่พบบ ความดันโลหิตเพิ่มขึ้นโรคหลอดเลือดหัวใจ หัวใจเต้นเร็ว และหัวใจเต้นผิดปกติ

ระบบกล้ามเนื้อ
การเสื่อมของกระดูกสันหลัง อาหารไม่ย่อย และการมีแขนงร่างกาย

ระบบหายใจ
หายใจได้ ไรบอดลงกั้น เรื้อรัง หรืออาจพบการกรัง และโรคมะเร็ง

ที่มา : กัยราย ช้อนเริ่มบุหรี่ไฟฟ้า คอย. เลิกบุหรี่โทร 1600

www.tyithailand.or.th | [fb](https://www.facebook.com/tyithailand) [ตามไปบุหรี่ไฟฟ้าและโรคมะเร็ง](https://www.facebook.com/tyithailand)
[@TYI.Thailand](https://www.instagram.com/tyithailand) | [tyithailand@tyithailand.or.th](https://www.tyithailand.or.th)
[tyithailand](https://www.tyithailand.or.th) | [TYI.Thailand](https://www.tyithailand.or.th)



ภาพที่ 13 นำเสนอความอันตรายของสารนิโคตินในบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า
เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=2#box-img-14>

ตัวอย่างสื่อที่นำเสนอโทษทางกฎหมายฐานความผิดเกี่ยวกับ บุหรี่ไฟฟ้า

'บุหรี่ไฟฟ้า' ฆาตกรร้าย

ผิดกฎหมายอะไรบ้าง

สูบ-ขาย-นำเข้า-ผลิต ถูกปรับเท่าไร

ห้ามนำเข้า : สินค้า 3 ประเภท

1. บารากูดั้งเดิม
2. บารากูไฟฟ้า
3. บุหรี่ไฟฟ้า

บทลงโทษ
จำคุกไม่เกิน 10 ปี หรือ ปรับเป็นเงิน 5 เท่า ของสินค้านั้น หรือทั้งจำทั้งปรับ และ-รับสินค้านั้น รวมถึงสิ่งกีดขวางและพาหนะ ที่ใช้ในการบรรทุกสินค้านั้นด้วย

ประกาศกระทรวงพาณิชย์ พ.ศ. 2557

ห้ามผู้จำหน่าย-ให้บริการ

1. บารากูดั้งเดิม
2. บารากูไฟฟ้า
3. บุหรี่ไฟฟ้า
4. ต้องบารากูดั้งเดิม
5. นำยาสำหรับเติมบารากูไฟฟ้า/ บุหรี่ไฟฟ้า

บทลงโทษ
โทษจำคุกไม่เกิน 3 ปี ปรับไม่เกิน 600,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

คำสั่งคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค ฉบับที่ 9/2558

ห้ามสูบในสถานที่สาธารณะ

1. บารากูดั้งเดิม
2. บารากูไฟฟ้า
3. บุหรี่ไฟฟ้า "หากมีสารนิโคตินเป็นส่วนประกอบ" บทลงโทษ

บทลงโทษ
ปรับไม่เกิน 5,000 บาท

พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2560

ห้ามนำเข้า
ลักลอบหนี พริศการศุลกากร

ห้ามนำเข้า
=

ห้ามพิกสินค้า
=

รับซื้อ / รับไว้ซึ่งสินค้า หนีพริศการฯ

บทลงโทษ ม.242
จำคุกไม่เกิน 10 ปี หรือ ปรับเป็นเงิน 4 เท่า

บทลงโทษ ม.248
จำคุกไม่เกิน 5 ปี หรือ ปรับเป็นเงิน 4 เท่า

พระราชบัญญัติศุลกากร พ.ศ. 2560

☎️ โทร. 1600
ศูนย์ช่วยเหลือผู้บริโภค

🌐 www.tyithailand.or.th
📱 02-111 Thailand
📧 tyithailand@tyithailand.or.th
📺 TYI Thailand

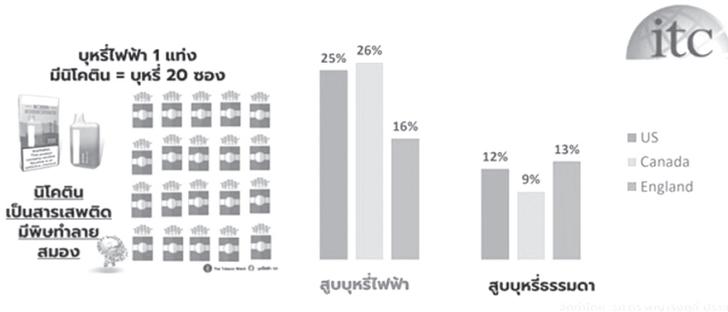
มูลนิธิสถาบันส่งเสริม
THAILAND YOUTH
INSTITUTE (TYI)

ภาพที่ 14 นำเสนอความผิดเกี่ยวกับบุหรี่ไฟฟ้าตามกฎหมาย
เข้าถึงได้ที่ <https://www.tyithailand.or.th/multimedia/info-graphic.php?page=2#box-img-19>

ตัวอย่างสื่อที่เป็นฐานข้อมูล ผลิตโดยมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

วัยรุ่นเสพติดบุหรี่ไฟฟ้า รุนแรงกว่าบุหรี่ยธรรมดา

สูบบุหรี่ไฟฟ้า vs สูบบุหรี่ ภายใน 5 นาทีหลังตื่นนอน
Vaping or smoking within 5 minutes of waking, Past 30-day vapers, smokers: Aged 16-19, 2022



Hammond, et al. Trends in Vaping among Youth in Canada, England, and United States: Pattern of Use, Vaping Products, and Indicators of Dependence Presented at 2023 SINT

ในทางการแพทย์ ระยะเวลาหลังจากตื่นนอนตอนเช้า ถึงเวลาที่ต้องสูบบุหรี่มวน / บุหรี่ไฟฟ้าครั้งแรก บอกถึงระดับการติดนิโคติน ว่าติดมากน้อยเพียงใด

โดยยังต้องสูบบุหรี่มวน / บุหรี่ไฟฟ้าครั้งแรกหลังตื่นนอนเร็วเท่าไร แสดงว่ายิ่งติดนิโคตินมากเท่านั้น

งานวิจัยที่เปรียบเทียบระยะเวลาที่ต้องสูบบุหรี่มวน หรือบุหรี่ไฟฟ้าหลังตื่นนอน ในวัยรุ่น อายุ 16-19 ปี ในสหรัฐอเมริกา อังกฤษและแคนาดา

พบว่า วัยรุ่นที่สูบบุหรี่ไฟฟ้า มีอัตราส่วนที่ต้องสูบบุหรี่ภายใน 5 นาทีหลังตื่นนอน 25% , 26% และ 16% ตามลำดับ

เทียบกับ 12% , 9% และ 13% ในวัยรุ่นที่สูบบุหรี่มวน

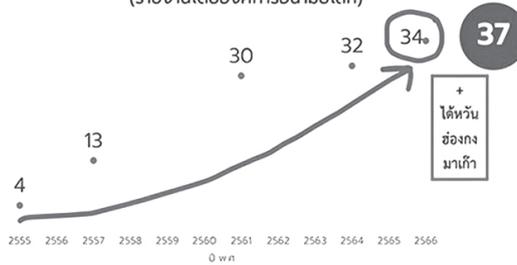
ข้อมูลนี้แสดงว่า วัยรุ่นที่สูบบุหรี่ไฟฟ้าในทั้ง 3 ประเทศ ติดนิโคตินมากกว่าวัยรุ่นที่สูบบุหรี่มวน บุหรี่ไฟฟ้าจึงมีอันตรายต่อวัยรุ่นที่ไม่สูบบุหรี่ มากกว่าบุหรี่ยธรรมดา

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ | ashthailand credit : รศ.พญ.เชิงฤดี ปธานวนิช คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี 19 กันยายน 2566

ภาพที่ 16 วัยรุ่นเสพติดบุหรี่ไฟฟ้า รุนแรงกว่าบุหรี่ยธรรมดา
เข้าถึงได้ที่ <https://www.ashthailand.or.th/content/files/647/9>

ประเทศที่ห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้า มีแต่จะเพิ่มขึ้น เพื่อควบคุมการระบาดในเด็กและเยาวชน

จำนวนประเทศที่ ห้ามนำเข้า-ห้ามขาย บุหรี่ไฟฟ้า (รายงานโดยองค์การอนามัยโลก)



ในปี พ.ศ. 2557 ประเทศไทยห้ามนำเข้า ห้ามขาย บุหรี่ไฟฟ้า
ขณะนั้นทั่วโลกมี 13 ประเทศ ที่ห้าม

จำนวนประเทศที่ห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้าค่อย ๆ เพิ่มขึ้น จนปัจจุบัน
มี 34 ประเทศ กับอีก 3 เขตปกครอง คือ ไต้หวัน ฮ่องกง และมาเก๊า

ประเทศต่าง ๆ ที่ห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้า มีเหตุผลเหมือนกันคือ ไม่สามารถ
ควบคุมการระบาดของบุหรี่ไฟฟ้าในเด็กและเยาวชนได้ การห้ามขาย แม้จะ
ควบคุมการระบาดในเด็กและเยาวชนไม่ได้ทั้งหมด แต่ก็ยังควบคุมได้
มากกว่า และจัดการได้ง่ายกว่าการเปิดให้ขายถูกกฎหมาย

สิ่งที่รัฐบาลไทยต้องทำควบคู่ไปกับการห้ามนำเข้าและห้ามขาย คือ
การปราบปรามคนลักลอบนำเข้าและขายบุหรี่ไฟฟ้า ซึ่งหากการควบคุมดีขึ้น
เด็กและเยาวชนจะสูบบุหรี่ไฟฟ้าน้อยลง เหมือนกับที่ประเทศอื่นทำได้

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ @ashthailand รศ.พญ. เจิงตุติ ปธานวนิช คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี วันที่ 22 กันยายน 2566

ภาพที่ 17 ประเทศที่ห้ามขายบุหรี่ไฟฟ้ามีแต่จะเพิ่มขึ้นเพื่อควบคุมการระบาด
ในเด็กและเยาวชน

เข้าถึงได้ที่ <https://www.ashthailand.or.th/content/files/645/9>

9 สาเหตุ ที่ทำให้ “บุหรี่ไฟฟ้า” เป็น “สินค้าต้องห้าม”



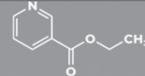
มุ่งเป้าขายเด็กและเยาวชน

เป็นสะพานสู่การสูบบุหรี่ถาวร



เต็มไปด้วยสารเคมีที่ทำลายสุขภาพ

เป็นแหล่งสารเสพติด “นิโคติน”



ไม่ใช่ตัวช่วยแต่กลับซ้ำเติมคนคิดเลิกบุหรี่

สังคมสูญเสียมากกว่าได้ประโยชน์



งานควบคุมยาสูบจะ “ถอยหลังเข้าคลอง”

ปกป้องเยาวชนจากการเสพติดบุหรี่



ไม่อาจนำคนไทยไปเสี่ยงซ้ารอยเดิม



ข้อมูลเพิ่มเติม

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (มณ.) ashthailand

ภาพที่ 18 9 สาเหตุที่ทำให้บุหรี่ไฟฟ้าเป็นสินค้าต้องห้าม
เข้าถึงได้ที่ <https://www.ashthailand.or.th/content/files/645/9>

ไอบุหรี่ไฟฟ้ามือสอง เป็นอันตรายต่อคนใกล้ชิด



ไอระเหย สารอินทรีย์

สารนิโคติน

พุนขนาดเล็ก

โลหะหนัก เช่น นิกเกิล ตะกั่ว และดีบุก

สารปรุงแต่งกลิ่นรส เช่น ไดอะซิทิลที่ทำให้เกิดโรคปอดรุนแรง

สารก่อมะเร็ง

เพื่อคุ้มครองสุขภาพของผู้ที่ไม่สูบบุหรี่
กฎหมายห้ามสูบบุหรี่ไฟฟ้าในทุกที่ ที่ห้ามสูบบุหรี่
การสูบบุหรี่ไฟฟ้าในบ้าน และในรถยนต์ ทำให้
คนใกล้ชิดได้รับอันตรายจากไอบุหรี่ไฟฟ้ามือสอง
และมือสาม

อ้างอิง: Quick Facts on the Risks of E-cigarettes for Kids, Teens, and Young Adults
https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html

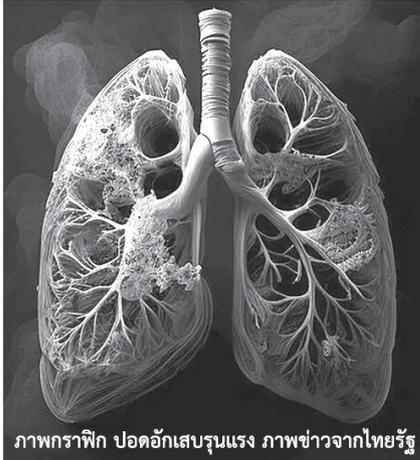
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

ashthailand

ศ.นพ. ประภคิต วาทีสารภักดิ์ วันที่ 7 ธันวาคม 2566

ภาพที่ 19 ไอบุหรี่ไฟฟ้ามือสองเป็นอันตรายต่อคนใกล้ชิด
เข้าถึงได้ที่ <https://www.ashthailand.or.th/content/files/648/9>

“EVALI” ปอดอักเสบรุนแรง จาก..บุหรี่ไฟฟ้า



ภาพกราฟิก ปอดอักเสบรุนแรง ภาพข่าวจากไทยรัฐ

ภาพคอมพิวเตอร์ ปอดของเด็กชายอายุ 17 ปี
ที่ปอดอักเสบรุนแรงจากการสูบบุหรี่ไฟฟ้า
ที่เห็นเป็นฝ้าขาว จนแทบจะไม่เห็นสีดำ
ที่เป็นอากาศในปอด



ภาพคอมพิวเตอร์ปอดที่ปกติ
ลมในปอดจะเห็นเป็นสีดำ



ปอดอักเสบรุนแรงในคนที่สูบบุหรี่ไฟฟ้า รายที่เสียชีวิตคือ ปอดถูกทำลาย
จนไม่เหลือเนื้อปอดที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ มีบางรายที่รอดตายจากการเปลี่ยนปอด ซึ่ง
เมืองไทยทำกันน้อยมาก เพราะหลังเปลี่ยนปอดแล้ว มักจะมีปัญหาเกี่ยวกับปอดที่เปลี่ยน
เข้าไป เกิดการติดเชื้อง่าย เนื่องจากปอดติดต่อกับภายนอกตลอดเวลาผ่านการหายใจ
เชื้อโรคในอากาศเข้าสู่ปอด ทำให้ปอดอักเสบจนไม่สามารถมีชีวิตอยู่ต่อไป

อ้างอิง : “EVALI” ปอดอักเสบรุนแรง จาก..บุหรี่ไฟฟ้า (14 ต.ค.66 ไทยรัฐออนไลน์) <https://www.thairath.co.th/lifestyle/health-and-beauty/2732707>

(1) ภาพคอมพิวเตอร์ปอดที่ปกติ : <https://erj.ersjournals.com/content/early/2021/02/04/13993003.04188-2020>

(2) ภาพคอมพิวเตอร์ปอดเด็กชาย อายุ 17 ปี : <https://www.nejm.org/doi/pdf/10.1056/NEJMoa1911614?articleTools=true>

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ @ashthailand

ศ.นพ. ประทีป วาทีสาธกกิจ วันที่ 16 ตุลาคม 2566

ภาพที่ 20 EVALI ปอดอักเสบรุนแรง จาก...บุหรี่ไฟฟ้า
เข้าถึงได้ที่ <https://www.ashthailand.or.th/content/files/648/9>



เอกสารทางวิชาการที่แนะนำสำหรับใช้ประกอบ
การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

หนังสือภัยคุกคามสุขภาพในเด็กและเยาวชน: บุหรี่ไฟฟ้า สุรา และความท้าทายของประเทศไทย ปี 2568

ภัยคุกคามสุขภาพในเด็กและเยาวชน: บุหรี่ไฟฟ้า สุรา และความท้าทายของประเทศไทย

ภัยคุกคาม สุขภาพ ในเด็กและเยาวชน: บุหรี่ไฟฟ้า สุรา และ ความท้าทาย ของประเทศไทย



เมรชนนัท ประจวบลาภ
ว่าที่ร้อยตรี เจษฎากร อังกุลพัฒนาสุข
พินิจาเอก สุทธินันท์ มีชำนาญ

Download ได้ที่เว็บไซต์สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
<https://www.tyithailand.or.th/album/purchas/pdf/ac25e1243e-39b7cf7c39672d9b50f4c1.pdf>

หรือ QR Code ด้านล่าง



หนังสือรวมบทความวิชาการ เรื่อง “พหุวิทยาการเพื่อการ คุ้มครองเด็กและเยาวชนจากบุกรุกไฟฟ้า”

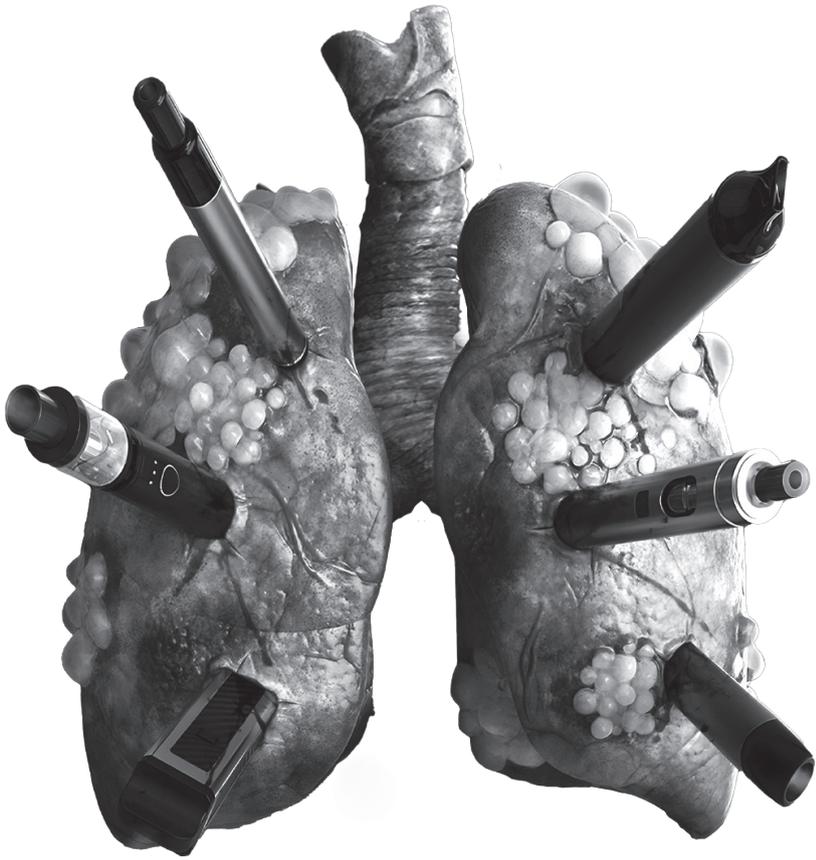


Download ได้ที่เว็บไซต์สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย

https://www.tyithailand.or.th/album/purchas/pdf/fa90fc49c3bc-0be5295278c6f49ad32f.pdf?fbclid=IwY2xjawKxxZBLEHRuA2FlbQIx-MQABHthJIoM-qtY_pyrTC5DUxhAJFqfZtrMWv6davDL_beaDGMdg-PeL-hskkbGJs_aem_p9emxN0afF62IocLCNMUEA

หรือ QR Code ด้านล่าง





บรรณานุกรม

เอกสารในประเทศไทย

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2566). ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง มาตรการส่งเสริมการเรียนรู้โทษของการสูบบุหรี่ไฟฟ้าที่มีผลต่อสุขภาพสำหรับสถานศึกษาในสังกัดหรือในกำกับกระทรวงศึกษาธิการ. http://118.174.143.38:800/e-office/photo/11371_3.pdf
- กองสุขภาพ. (2566). บทสรุปผู้บริหาร: พฤติกรรมการสูบบุหรี่ไฟฟ้าของเยาวชนไทย. นนทบุรี: กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ.
- จิรภัทร์ รัตนขมภู. (2565). รูปแบบการป้องกันการใช้บุหรี่ไฟฟ้ารายใหม่ของนักศึกษาระดับมัธยมศึกษาภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย. [วิทยานิพนธ์ปริญญาเอก, มหาวิทยาลัยนเรศวร].
- ฉัตรสมน พดุมิภิญโญ, วศิณ พิพัฒน์ฉัตร, Stephen Hamann. (2562). ภัยร้ายซ่อนเร้นบุหรี่ไฟฟ้า (Hidden Dangers of E-Cigarette). กรุงเทพฯ: เจริญดีมีมั่นคงการพิมพ์
- ณัฐพล รุ่งโรจน์สิทธิชัย. (2560). การรับรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมที่มีต่อบุหรี่ไฟฟ้า. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์].
- มูลนิธิธรมรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่. (2556). บุหรี่ไฟฟ้ากับคำถามที่ทุกคนอยากรู้. <https://www.ashthailand.or.th/old/smartnews/upload/attach/719d0a25167c1e5dac2a72f2cddd0f42.pdf>
- เมธชนนท์ ประจวบลาภ, ชนกันารถ บัญญัติวัฒนะกุล, เกษฎากร อังกุลพัฒนาสุข และฐาณิษา สุขเกษม.(2566). แนวทางการพัฒนาสื่อการเรียนรู้เพื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ยาสูบของเด็กและเยาวชนในระบบการศึกษาและการศึกษานอกระบบ. กรุงเทพฯ: สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย.

เมธชนนท์ ประจวบลาภ, และ สุรเชษฐ์ โพธิ์แสง. (2567). การลึกลับจำหน่าย
บุหรี่ไฟฟ้ารอบสถานศึกษา: แนวทางสร้างความปลอดภัยสำหรับเด็ก
และเยาวชน. วารสารการสร้างเสริมสุขภาพไทย. 3(2), 153-160.

สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย. (2565). วิจัยร่นจำนวนมากมีความเข้าใจผิด
ร้ายแรงว่าบุหรี่ไฟฟ้าไม่มีอันตราย. [https://drive.google.com/
file/d/1oWStq-nRygrJHc4XnsErWJDG1qmLXe1d/view](https://drive.google.com/file/d/1oWStq-nRygrJHc4XnsErWJDG1qmLXe1d/view)

สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย. (2567). 5 ข้อสังเกต “บุหรี่ไฟฟ้า” แบบ
Pod และ Toy Pod. [https://web.facebook.com/share/p/
cF7Bb7bc1Be4njfO/](https://web.facebook.com/share/p/cF7Bb7bc1Be4njfO/)

สถาบันวิจัยเศรษฐกิจป๋วย อึ๊งภากรณ์. (2566). 16 ความคิดเพื่อชีวิต
คนไทย: สิ่งที่เป็น ปัญหาที่เห็น และประเด็นชวนคิด ทรรศนะ
ของนักวิชาการต่อการพัฒนาในมิติต่าง ๆ ของไทย. [https://
www.pier.or.th/abridged/2023/09/](https://www.pier.or.th/abridged/2023/09/).

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2566). บุหรี่ไฟฟ้า: ตัวเลือก
หรือตัวร้ายของสายควัน. [https://resourcecenter.thaihealth.
or.th/article/บุหรี่ไฟฟ้า-ตัวเลือกหรือตัวร้ายของสายควัน?view-
item=view_recommend](https://resourcecenter.thaihealth.or.th/article/บุหรี่ไฟฟ้า-ตัวเลือกหรือตัวร้ายของสายควัน?view-item=view_recommend)

สุมาลี สังข์ศรี. (2545). การจัดการศึกษานอกระบบด้วยวิธีการศึกษาทางไกล
เพื่อการศึกษาตลอดชีวิต. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐ์, ภัศรา จงจรพงษ์, วิชัช เกษมทรัพย์, Stephen
Hamann, เนาวรัตน์ เจริญค้า, นิตักษณ์ ศิริชาติรัตน์, และวศิน พิพัฒ
นฉัตร. (2566). บุหรี่ไฟฟ้า มหันตภัยร้ายทำลายเยาวชน. วารสาร
วิชาการสาธารณสุข. 32(5), 946-961.

เอกสารต่างประเทศ

Phisitphong Piyapanyamongkhon. (2024). Health at Risk: E-Cigarette or Vaping among Adolescents. Thai Health Promotion Journal. 3(2), 177-182.

U.S. Department of Health and Human Service. (n.d.). E-Cigarette, or Vaping, Products Visual Dictionary. Retrieved August 21, 2024, https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/pdfs/ecigarette-or-vaping-products-visual-dictionary-508.pdf

คณะผู้จัดทำแผน การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

คณะที่ปรึกษา

1. เลขธิการสถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
2. รองเลขธิการสถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย

คณะผู้จัดทำ

1. รศ. ดร.ชนกนารถ บุญวิวัฒนะกุล
ผู้อำนวยการสำนักการศึกษาต่อเนื่อง
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
2. ผศ. ดร.ลิขสิทธิ์ พุดเขียว
อาจารย์ประจำแขนงวิชาการศึกษานอกระบบ
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
3. ดร.จินตนา ปรีสพันธ์
รองผู้อำนวยการสำนักการศึกษาต่อเนื่อง
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
4. นาย เมธชนนท์ ประจวบลาภ
ผู้อำนวยการสำนักกิจกรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิต
สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย
5. ว่าที่ ร.ต. เจษฎากร อังกุลพัฒนาสุข
รักษาการหัวหน้าสำนักงานเลขธิการ
สถาบันยุวทัศน์แห่งประเทศไทย



