

บอร์ดประชาสัมพันธ์ รณรงค์ไม่สูบบุหรี่

สำนักภาษาต่างประเทศ ดำเนินการจัดทำบอร์ดประชาสัมพันธ์รณรงค์ไม่สูบบุหรี่ ประชาสัมพันธ์
รณรงค์การลด ละ เลิกการบริโภคผลิตภัณฑ์ยาสูบ ตามพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560
(มาตรา 44)

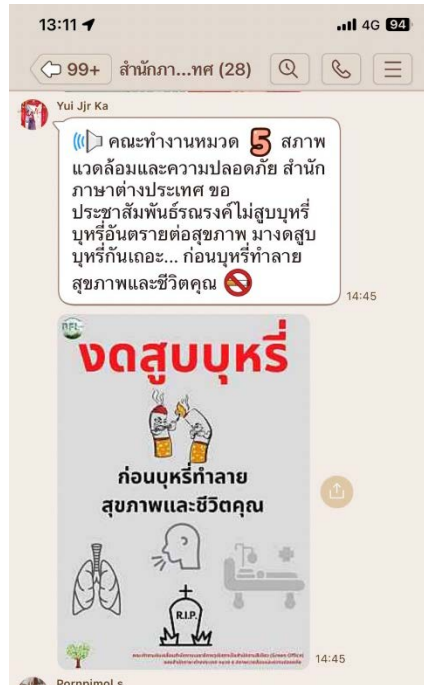


การประชาสัมพันธ์รณรงค์ไม่สูบบุหรี่ (ผ่านช่องทางอื่น ๆ)

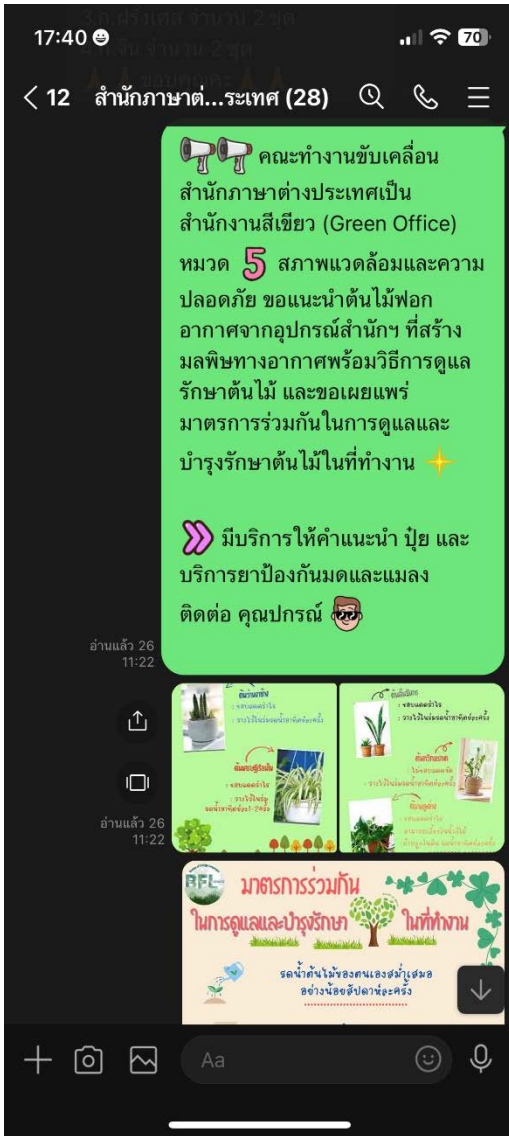
๑) ประชาสัมพันธ์ รณรงค์ลด ละ เลิกสูบบุหรี่



๒) ประชาสัมพันธ์ บุหรี่อันตรายต่อสุขภาพ มางตสูบบุหรี่กันเถอะ...



๓) ประชาสัมพันธ์ แนะนำต้นไม้ฟอกอากาศ ขอความร่วมมือคนไม้คนละมืองดก่อมลภาวะทางอากาศ โดยช่วยกันนำต้นไม้ปลูกสารพิษมาปลูกในที่ทำงาน เพื่อทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศ เครื่องฟอกอากาศ



สำนักภาษาต่างประเทศดำเนินการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรตระหนักรู้ถึงโทษและ
พิษภัยจากการบริโภคบุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า เมื่อวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖ เวลา ๑๐.๓๐ นาฬิกา



สื่อรณรงค์ ลด ละ เลิกการบริโภคผลิตภัณฑ์ยาสูบ ตามพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560 (มาตรา 44)

ลด ละ เลิก สูบบุหรี่
เพื่อสุขภาพที่ดี
สิ่งแวดล้อมที่สะอาด

สถานที่ขบขันหรือเล่นกีฬาขอพบและแจ้งเรื่องผู้จำหน่ายยาสูบ (Green Office)
ของสำนักงานสาธารณสุข และ 5 อำเภอละเล่นและวางแผง

งดสูบบุหรี่

ก่อนบุหรี่ทำลาย
สุขภาพและชีวิตคุณ

คนที่ขายขบขันหรือเล่นกีฬาขอพบและแจ้งเรื่องผู้จำหน่ายยาสูบ (Green Office)
ของสำนักงานสาธารณสุข และ 5 อำเภอละเล่นและวางแผง

บุหรี่ตัวร้าย ทำลายหัวใจ
Tobacco breaks hearts ทำลายหัวใจ

Choose health, not tobacco 91 แผนกงาน : วันทสุขบุหรี่ยาสูบ
"หยุดสูบบุหรี่ = หยุดทำลายหัวใจ"

มีโคติน-คาร์บอนมอนอกไซด์
ในบุหรี่ เป็นความผิดของเซลล์เลือด
และทำให้เกิดลิ่มเลือด หากเกิดในหัวใจจะทำให้
เกิดการหัวใจวายและเสียชีวิตกะทันหัน

โรคหลอดเลือดสมอง
สารพิษกว่า 7,000 ชนิดในบุหรี่
สามารถเข้าสู่สมองของนิโคตินและ
ทำให้ลิ้นจอกอซิเจนน้อยลง ทำให้ทำงานหนักขึ้น
สารในบุหรี่จะทำลายเซลล์ที่สร้างกาย
เข้าสู่สมองไปยังกระแสเลือด
เป็นความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดสมอง

คนไทย 'เสียชีวิต' เพราะ 'บุหรี่' ปีละกว่า 50,000 คน
ขอ : สสจ. กทม. บุณย์เสริมพงษ์เขตราชบุรินทร์ และภาคีเครือข่าย ชมรมแม่บ้าน
และครอบครัวอาสาสมัครผู้ดูแลผู้ป่วย เติมน้ำใจเป็นชีวิตที่จับใจผู้ดูแลผู้ป่วย
ของวันพุธที่ 25 เดือน

สำนักงานสาธารณสุขกรุงเทพมหานคร (กทม.)

ก ก ก ก ก
เพื่อการเลิกสูบบุหรี่

ก กำจัด
อุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่

ข เข้มแข็ง
หากมีอาการหงุดหงิด
หรือเครียด บอกตัวเองว่า สู้ ๆ

ค คุมน้ำหนัก
ด้วยการรับประทานอาหาร
จำพวกผัก

ง งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
และกิจกรรมที่มักทำร่วมกับ
การสูบบุหรี่

จ จำไว้เสมอ
การเลิกบุหรี่
จะทำให้ร่างกายของคุณดีขึ้น

รู้สติ! การสูบบุหรี่ นอกจากจะส่งผลต่อความยาว
ของเส้นผมและกลิ่นตัวแล้ว
ยังเสี่ยงต่อสุขภาพจิต
เป็นภัยคุกคามความหลากหลายทางชีวภาพ
ของทั้งสิ่งมีชีวิตที่ไม่ใช่สายพันธุ์
มนุษย์ "ชีวิตที่สดใส งดสูบบุหรี่" ชีวิตที่ดีไม่ใช่การสูบบุหรี่

บุหรี่ไฟฟ้า....
โทษร้ายทำลายชีวิต

สารพิษในบุหรี่ไฟฟ้า ประกอบด้วย

นิโคติน
เป็นสารที่ทำร้ายร่างกาย
เสพติดการสูบบุหรี่ ดังนั้น
บุหรี่ไฟฟ้าไม่ได้ช่วยให้เลิก
บุหรี่ได้ อีกทั้งยังทำให้
ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจ
เต้นเร็วขึ้น

โพรโพนโทลคอล และกลีเซอริน
หากรูดจนจนเกินไปเกิดการระคายเคืองปอด
ได้ และเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดหลอดเลือด

สารประกอบอื่น ๆ
สารแต่งกลิ่นและ-สาร ไทโรซีน แวนิลิน นิโคติน ไบโอมอร์ฟ
โพรเพนีน ๓-ที

บุหรี่ไฟฟ้า
...ยังเป็นสาเหตุทำให้เกิดมะเร็งปอด
เพิ่มความเสี่ยงในการเกิดโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง
และโรคอัมพาตเฉียบพลัน

คนที่ขายขบขันหรือเล่นกีฬาขอพบและแจ้งเรื่องผู้จำหน่ายยาสูบ (Green Office)
ของสำนักงานสาธารณสุข และ 5 อำเภอละเล่นและวางแผง

วันที่
31 พฤษภาคม
วันงดสูบบุหรี่โลก

เริ่มดูแลตัวเองให้ดีขึ้น มีสุขภาพที่ดี
ปลอดบุหรี่ และมีความสุข

คนที่ขายขบขันหรือเล่นกีฬาขอพบและแจ้งเรื่องผู้จำหน่ายยาสูบ (Green Office)
ของสำนักงานสาธารณสุข และ 5 อำเภอละเล่นและวางแผง