

**ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค ครั้งที่ ๑**  
**หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง มหันตภัยจากสารเสพติด**  
**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค ครั้งที่ ๑**  
**รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑**

**๑. ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ**

สารเสพติดทุกประเภทจะมีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคและอุบัติเหตุอย่างชัดเจน โดยเมื่อเสพเข้าไป สารเสพติดก็จะออกฤทธิ์ต่อร่างกาย ซึ่งมีผลต่อสุขภาพ และเป็นเหตุให้เกิดอุบัติเหตุ ร้ายแรงได้ นับเป็นปัญหาที่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่นเป็นอย่างมาก

**๑.๑ ประเภทของสารเสพติดกับการเกิดโรค**

สารเสพติดเมื่อเสพเข้าไปแล้ว จะทำให้ภูมิคุ้มกันโรคในร่างกายน้อยกว่าปกติ ก่อให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บได้ง่าย โดยสารเสพติดที่ทำให้เกิดโรคที่พบเห็นได้บ่อยในสังคม ได้แก่

**๑) บุหรี่**

เป็นสารเสพติดที่ให้โทษทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เพราะในควันบุหรี่มีสารเคมีอยู่มากมาย ซึ่งเป็นพิษภัยต่อสุขภาพของผู้เสพและผู้ที่ได้รับควันบุหรี่เข้าสู่ร่างกาย โดยสารที่อยู่ในบุหรี่ยังไม่มีผลที่ทำให้ผู้สูบบุหรี่ได้ แต่จะเป็นการติดของใจ สูบเพราะความเคยชิน ถ้าไม่สูบจะไม่ทำให้เกิดอาการ “ลงแดง” เหมือนสารเสพติดอื่นๆ

การสูบบุหรี่เป็นพิษภัยต่อสุขภาพทั้งตัวผู้สูบ และผู้ที่ไม่ได้สูบซึ่งได้สูดดมเอาควันบุหรี่เข้าไป ซึ่งสารพิษที่มีอยู่ในบุหรี่ยังมีหลายชนิด ทุกชนิดล้วนมีผลต่อสุขภาพด้วยกันทั้งสิ้น แต่สารพิษที่ส่งผลต่อสุขภาพอย่างเห็นได้ชัด มีดังนี้

**๑.๑) นิโคติน (Nicotine)** เป็นสารที่ทำให้ออกฤทธิ์โดยตรงต่อสมอง โดยจะไปกระตุ้นและกดประสาทส่วนกลาง ซึ่งเมื่อสูบ ๑-๒ มวนแรกจะทำให้รู้สึกกระปรี้กระเปร่า แต่ถ้าสูบมาก ๆ หลาย ๆ มวน จะไปกดประสาทส่วนกลาง ทำให้มีความรู้สึกชาลง โดยนิโคติน ร้อยละ ๙๕ จะไปจับอยู่ที่ปอด ส่วนที่เหลือจะไปจับอยู่ที่เยื่อหุ้มริมฝีปาก และบางส่วนจะถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือด ซึ่งมีผลโดยตรงต่ออหวมวกไต ทำให้หลังสารอิพิเนพรีน (Epinephrine) อันเป็นสาเหตุที่ทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจเต้นเร็วกว่าปกติ หลอดเลือดแดงหดและตีตัน อีกทั้งยังมีผลต่อการเพิ่มไขมันในเลือดอีกด้วย ทั้งนี้สารนิโคตินที่มีอยู่ในบุหรี่ยังมีผลทำลายเยื่อบุชั้นในของหลอดเลือดแดง ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงทำให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ หรือหัวใจขาดเลือดได้

**๑.๒) ทาร์ (Tar) หรือน้ำมันดิน** เป็นส่วนประกอบสำคัญของใบยาสูบ มีลักษณะเหนียวเป็นสีน้ำตาลเข้ม ก่อให้เกิดมะเร็ง เช่น มะเร็งปอด ซึ่งเมื่อสูบเข้าไปสารทาร์ที่มีอยู่ในบุหรี่ยังจะไปจับที่ปอด เมื่อสูบติดต่อกันหลายครั้งจะทำให้ขนปัดเล็กๆ (cilia) ภายในเยื่อหุ้มของลมปอดนั้น ไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ เยื่อหุ้มทางเดินหายใจ ถูกลมปอดถูกทำลาย มีการเสื่อมสภาพของเนื้อเยื่อภายในทางเดินหายใจ เกิดการระคายเคือง มีอาการไอเรื้อรัง และเป็นโรคถุงลมโป่งพอง

๑.๓) แก๊สต่างๆ เช่น แก๊สคาร์บอนมอนอกไซด์ (Carbonmonoxide) แก๊สไฮโดรเจนไซยาไนด์ (Hydrogencyanide) แก๊สไนโตรเจนไดออกไซด์ (Nitrogendioxide) เป็นต้นแก๊สเหล่านี้แต่ละชนิดเป็นพิษต่อร่างกายแตกต่างกัน แต่โดยสรุปแล้ว แก๊สต่างๆ ในควันบุหรี่ มีพิษภัยทำให้ร่างกายอยู่ในภาวะขาดออกซิเจน สมอมนิ่งง เกิดโรคหลอดเลือดอักเสบเรื้อรัง และ ที่สำคัญ คือ ทำให้เกิดโรคลungมโง่งพอง ซึ่งเป็นโรคที่ผู้ป่วยจะมีอาการทุกข์ทรมานมาก

๑.๔) สารก่อมะเร็ง (Carcinogen) ต่างๆ ได้แก่ ไฮโดรคาร์บอน (Hydrocarbon) และเบนโซไพเร็น (Benzopyrene) ซึ่งเป็นตัวการที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งขึ้นได้

๑.๕) สารระคายเคืองต่างๆ ในควันบุหรี่ยังจะมีสารระคายเคืองอยู่หลายชนิด เช่น แอมโมเนีย (Ammonia) สารกัมมันตรังสี (Radioactive Agents) สารฟอร์มัลดีไฮด์ (Formaldehyde) สารอะเซตัลดีไฮด์ (Acetaldehyde) โดยสารเหล่านี้จะไปรบกวนการทำงานของหลอดเลือดและปอด ทำให้เกิดอาการไอ มีเสมหะมาก หลอดลมอักเสบ และทำลายระบบการป้องกันตนเองโดยธรรมชาติของระบบหายใจ ทำให้ร่างกายมีโอกาสเกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย

### โรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่

๑. โรคมะเร็งปอด เกิดจากสารก่อมะเร็งชนิดต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสารทาร์ที่ได้รับจากควันบุหรี่ โดยผู้ป่วยโรคมะเร็งปอดส่วนใหญ่มักเป็นผู้ชายที่มีประวัติของการสูบบุหรี่ติดต่อกันมาเป็นเวลานาน ซึ่งการเลิกสูบบุหรี่สามารถลดโอกาสที่จะเกิดมะเร็งให้น้อยลงได้ ถึงแม้จะไม่ค่อยน้อยลงเท่าคนไม่สูบบุหรี่ก็

๒. โรคลungมโง่งพอง เป็นโรคที่เนื้อปอดและถุงลมปอดถูกทำลาย ส่งผลให้การแลกเปลี่ยนออกซิเจนลดลง ทำให้รู้สึกหายใจไม่เพียงพอหอบเหนื่อย หายใจลำบากและถี่ขึ้น ซึ่งสาเหตุเกิดจากการสูบบุหรี่ โดยการสูดเอาควันบุหรี่เข้าไปในร่างกาย และผ่านเข้าไปในปอด ซึ่งในควันบุหรี่ยังมีสารพิษที่ไปทำอันตรายต่อเนื้อปอด นอกจากนี้ ไม่เพียงแต่สูบบุหรี่เท่านั้น การสูดดมสิ่งที่เป็นพิษ เช่น มลภาวะ ไอเสีย ฝุ่น สารเคมีเป็นระยะเวลานานๆ สามารถเป็นโรคลungมโง่งพองได้เช่นกัน

๓. โรคหัวใจ เป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งของคนไทยโดยส่วนใหญ่ ซึ่งสาเหตุสำคัญ คือ การสูบบุหรี่ เพราะสารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่ ได้แก่ แก๊สคาร์บอนมอนอกไซด์ และนิโคติน เหล่านี้จะมีผลต่อการทำงานของหัวใจ ทำให้หลอดเลือดตีบตัน เกิดอาการหัวใจวาย

๒) สุรา มีผลต่อการทำงานของระบบต่างๆ ภายในร่างกาย โดยเอทิลแอลกอฮอล์ (Ethyl Alcohol) ที่มีอยู่ในสุรานี้ เมื่อดื่มเข้าไปจะดูดซึมและกระจายไปในทุกส่วนของร่างกาย ภายในเวลา ๕ นาที มีผลทำให้เกิดพิษต่อระบบต่างๆ ที่สำคัญ คือ

๑. พิษต่อระบบประสาทส่วนกลาง แอลกอฮอล์ที่มีอยู่ในสุราเมื่อดื่มเข้าไปในปริมาณที่มาก จะออกฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง ทำให้ขาดความยับยั้งชั่งใจ ขาดสติ ขาดประสิทธิภาพในการกระทำสิ่งต่างๆ หูอื้อ ตาพร่า เหนื่อยง่าย เสียการทรงตัว บุคลิกภาพเปลี่ยนไป บางรายอาจถึงกับหมดสติและถ้าดื่มเป็นประจำอาจมีผลทำให้ความจำเสื่อมสมองฝ่อได้

**๒. พืชต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด** ทำให้หัวใจเต้นเร็ว ความดันเลือดสูง หลอดเลือด ขยายตัว การไหลเวียนของเลือดเพิ่มมากขึ้นกว่าร้อยละ ๑ จากสภาพปกติ ทำให้ผู้ดื่มมีใบหน้าแดง หูแดง มีเลือดไปเลี้ยงสมองมาก ทำให้สมองบวม มีอาการปวดศีรษะ สำหรับในรายที่เป็นมาก อาจทำให้มีอาการชา มีความดันโลหิตสูง เส้นเลือดในสมองแตกอาจทำให้ เป็นอัมพาตหรือเสียชีวิตได้

**๓. พืชต่อการทำงานของตับ** ทำให้ตับทำงานหนัก เกิดภาวะตับแข็ง และกลายเป็นโรคมะเร็งตับ เป็นต้น

**๔. ระบบเผาผลาญและต่อมไร้ท่อ** เช่น ระดับฮอร์โมนเพศลดลง สมรรถภาพทางเพศลดลง เป็นต้น

**๕. พืชต่อระบบต้านเชื้อโรค** ทำให้ร่างกายอ่อนแอ ภูมิคุ้มกันต่ำ ติดเชื้อและเป็นโรคได้ง่าย

**๖. พืชต่อทารกในครรภ์** อาจมีผลทำให้ทารกในครรภ์พิการหรือแท้งได้

### โรคที่เกิดจากการดื่มสุรา

#### โรคพิษสุราเรื้อรัง

มีลักษณะอาการอยากหรือกระหาย ต้องการดื่มสุราจนไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ถ้าหากไม่ได้ดื่มจะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน เหงื่อออก มือสั่น กระวนกระวาย โดยอาการเหล่านี้จะหายไปเมื่อได้ดื่มสุราหรือรับประทานยานอนหลับ โรคพิษสุราเรื้อรังเป็นโรคที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างช้าๆ จนกระทั่งเกิดอาการทางประสาทและทางร่างกาย เมื่อได้รับแอลกอฮอล์เป็นประจำ สมองจะปรับตัวต้องการแอลกอฮอล์เพื่อการดำเนินชีวิตประจำวัน การทำงาน ความคิด อารมณ์ และการกระทำทั้งหมด

#### โรคมะเร็งตับ

พบมากเป็นอันดับ ๑ ในเพศชาย และอันดับ ๕ ในเพศหญิง ซึ่งปัจจัยเสี่ยงที่เห็นได้ชัดที่สุดนั้นคือตับแข็ง จากการดื่มสุรานั้นว่าเป็นโรคมะเร็งที่มีการดำเนินของโรคเร็วมาก โดยผู้ป่วยโรคมะเร็งตับจะมีอาการ น้ำหนักลด อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร จุกเสียดแน่นท้อง ท้องผูก ปวดท้องตลอดเวลา ปวดหรือเสียดบริเวณชายโครงทางด้านขวา อาจคลำก้อนได้ที่บริเวณตับ ท้องบวมขึ้น หายใจลำบาก ตัวเหลือง ตาเหลือง และ บวมบริเวณขาทั้ง ๒ ข้าง โดยจะเสียชีวิตภายใน ๓-๖ เดือน

**๓) ยาบ้า** หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าแอมเฟตามีน (Methamphetamine) มีลักษณะเป็นเม็ดกลมแบนขนาดเล็กมีพืชต่อระบบประสาท เมื่อเสพเข้าสู่ร่างกาย จะทำให้ประสาทตึงเครียด อาจเกิดภาพหลอน เพ้อคลั่ง บางรายมีอาการถึงขั้นทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้รับบาดเจ็บ หรือ เสียชีวิต แต่เมื่อหมดฤทธิ์ยา จะรู้สึกอ่อนเพลีย มากกว่าปกติ ประสาทล้า ทำให้การตัดสินใจช้าและผิดพลาด ซึ่งเมื่อมีการเสพยาบ้าในปริมาณมาก ๆ ฤทธิ์ของยาจะไปทำลายระบบประสาท ทำให้เกิดโรคประสาทได้ โดยโรคประสาทที่เกิดจากการเสพยาบ้านี้สามารถแบ่งออกได้เป็น ๒ ชนิด คือ

๓.๑) โรคประสาทชนิดวิตกกังวล จะมีอาการวิตกกังวลเกือบตลอดเวลา ไม่สบายใจ หวาดวิตกมากเกินไปโดยไม่สมกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น มีอาการตึงของกล้ามเนื้อ ใจสั่น อาจมีอาการตัวร้อน รู้สึกชาเป็นแถบ ๆ หายใจไม่เต็มปอด เบื่ออาหาร มีเหงื่อออกตามมือและเท้า ก่อนนอนจะมีอาการสะดุ้งคล้ายกับตกจากที่สูง

๓.๒) โรคประสาทชนิดหวาดกลัว มีความกลัวอย่างรุนแรงโดยไม่มีสาเหตุ โดยจะมีอาการหวาดกลัว แสดงออกในรูปของการเป็นลม อ่อนเพลีย ใจสั่น เหงื่อออก คลื่นไส้ แต่อาการเหล่านี้จะหายไปเมื่อพ้นจาก สภาพการณ์ ซึ่งสิ่งที่เป็นโรคประสาทชนิดนี้จะหวาดกลัว ได้แก่ กลัวการอยู่ตามลำพัง กลัวสถานการณ์ บางอย่าง กลัววัตถุ กลัวกิจกรรม กลัวการลอบทำร้าย และการถูกตามฆ่า

#### ๔) ยาเลิฟ ยาอี และยาไอซ์

เป็นสารเสพติดที่จัดว่าอยู่ในกลุ่มเดียวกัน แพร่หลาย ในกลุ่มวัยรุ่นชายหญิงตามสถานเริงรมย์ต่างๆ ออกฤทธิ์กระตุ้นประสาท และหลอนประสาท เมื่อเสพเข้าไปจะทำให้มีอาการเคลิบเคลิ้ม ได้ยินเสียงและมองเห็นแสงสีต่างๆ ผิดไปจากความเป็นจริง ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ มีความสนุกสนานได้ทุก สถานการณ์ มีความต้องการทางเพศสูง ซึ่งบางรายอาจมีผลทำให้เกิดพฤติกรรมการสำส่อนทางเพศ จึงเป็นเหตุ ให้มีโอกาสเป็น โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ง่าย และจากการค้นคว้าวิจัยของแพทย์และนักวิทยาศาสตร์พบว่า ยา ชนิดนี้มีอันตรายร้ายแรง แม้จะเสพเพียง ๑-๒ ครั้ง ก็สามารถทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ซึ่งเป็น สาเหตุของการติดเชื้อโรคต่างๆ ได้ง่าย

ที่มา : สมชาย สุพันธ์วิช, มณฑนา ทับทิม, สุชาดา วงศ์ใหญ่และอุษา ขำศิริ. (๒๕๖๐). สุขศึกษา  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑. ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.