

Thuốc Lá & Bệnh Tật



School of Medicine
University of California, San Francisco

School
University

BẠN CÓ BIẾT KHÔNG?

Nhiều tài liệu nghiên cứu y khoa đã đưa ra kết luận: Thuốc lá là nguyên nhân chủ yếu của nhiều bệnh tim, phổi và ung thư.

Theo tài liệu nghiên cứu của Trường Đại Học Y Khoa California tại San Francisco, mỗi năm ở Hoa Kỳ có khoảng 1,500 người Việt Nam chết vì những bệnh do thuốc lá gây ra.

Chúng ta có thể ngăn ngừa được cái chết này.



Sau Khỏe là Vàng!
Health is Gold!



Bác sĩ ĐỖ ĐÌNH TƯỜNG, San Francisco, California: “Trong nhiều năm chữa bệnh, tôi đã gặp nhiều bệnh nhân bị sưng phổi kinh niên và ung thư phổi do hút thuốc. Hút thuốc quả thật có hại cho sức khỏe. Chính tôi đây cũng hút thuốc và đã bỏ từ lâu rồi.”



DUSTIN NGUYỄN, Tài Tử Việt Nam trong chương trình truyền hình “21 Jump Street”: “Tôi thích tập thể thao để thân thể cường tráng. Hút thuốc lá không có lợi cho việc tập luyện mà còn hại cho sức khỏe nữa.”



Cô BÙI PHƯƠNG DUNG, Hoa Hậu Áo Dài 1989: “Dung không thích những người đàn ông hút thuốc. Hút thuốc rất hôi và có hại cho sức khỏe.”



Bà THÁI TRẠC, Nội trợ, Oakland, California: “Tôi thấy hút thuốc không có lợi, chỉ có hại thôi. Tôi khuyên ông nhà tôi mãi. Cuối cùng ông ấy bỏ thuốc được và tôi thấy ông ấy khỏe hẳn ra.”

HỎI & ĐÁP

HỎI: Tôi có một người cậu hút thuốc 2 gói một ngày và hút trên 40 năm. Năm nay ông đã trên 80 tuổi và vẫn còn khỏe mạnh. Tại sao tôi phải bỏ hút?

▼ **ĐÁP:** Có một số người hút thuốc như cậu anh mà cảm thấy không bị ảnh hưởng gì; đó là những người may mắn. Nhưng không phải ai cũng may mắn như vậy. Anh nên bỏ hút vì thuốc lá là nguyên nhân chủ yếu của nhiều bệnh tim, phổi và ung thư.

HỎI: Tôi nghĩ là trước sau gì mình cũng chết. Tại sao không hút thuốc cho vui?

▼ **ĐÁP:** Đúng vậy, chúng ta đều phải chết. Nhưng hút thuốc không những làm giảm thọ mà còn gây bệnh tật thì sống cũng không khỏe gì. Thí dụ: những người bị đứng tim do hút thuốc có thể bị khó thở, yếu sức, đi không nổi nhiều năm trước khi họ chết.

HỎI: Tôi đã hút thuốc 10 năm, mà tôi thấy đâu có sao. Tôi đi chụp hình phổi, thì phổi bình thường. Tại sao tôi phải bỏ hút?

▼ **ĐÁP:** Thuốc lá giống như một trái bom nổ chậm. Càng về lâu về dài, thuốc lá sẽ ảnh hưởng đến sức khỏe bạn. Bạn chưa bị bệnh, nên chưa sợ thuốc lá. Bạn cần phải hy sinh thú vui nhỏ là bỏ thuốc lá để sau này được hạnh phúc lớn: Sống khỏe mạnh.