



ประกาศเชิญชวนขององค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกลึง
เรื่อง นโยบายการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ และการคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่

ตามพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.๒๕๖๐ หมวด ๔ การควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ
หมวด ๕ การคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกลึง มีนโยบายการควบคุมผลิตภัณฑ์
ยาสูบ และการคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ ดังนี้

๑. ติดป้ายองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกลึง เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายด้านหน้าที่ทำการ
องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกลึงในจุดที่เห็นเด่นชัด และห้ามมิให้มีการสูบบุหรี่ในที่ทำการ
องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกลึง
๒. จัดกิจกรรมให้ความรู้ตาม พรบ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.๒๕๖๐ กับร้านค้า หรือผู้ขายปลีก
และประชาชนทั่วไป
๓. รณรงค์ ลด ละ เลิก การบริโภคยาสูบ ในงานเทศกาลวันสำคัญต่างๆ
๔. ออกตรวจเยี่ยมร้านค้า หรือผู้ขายปลีก และให้คำแนะนำในการปฏิบัติตามกฎหมายที่กำหนด

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๖ เดือน พฤษภาคม พ.ศ.๒๕๖๔

(นายเดโช ทรัพย์บุญ)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านกลึง



ควั่นบุหรื เต็มไปด้วย...

นโนทิติน (สารเสพติด), สารเคมี 7,000 ชนิด,

การสูบบุหรี่ 1 มวน

จะทำให้อายุสั้นลง 7 นาที

สรุปหุ่... แล้วไ้อะไร ?



เล่นเล่อดหัวใจตบ

ทำให้ตายเร็วที่สุดเพราะหัวใจวาย
ส่วนใหญ่ไม่รู้ตัวว่ามีปัญหาเส้นเลือดหัวใจ
หรือไม่อาการเตือนมาก่อน
ผู้ที่เสียชีวิตจากหัวใจมาก่อนอายุ 50-60 ปี
ส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากการสูบบุหรี่

เส้นเลือดสมองตีบตัน

ส่วนใหญ่มักกะทันหันและตายช้า จาก
อัมพาต ผู้ป่วยจะทรมาณ และเป็นภาระ
ต่อครอบครัว ทั้งในการดูแล และ
ค่าใช้จ่าย

บทคัดย่อ

**Tobacco breaks hearts
Choose health, not tobacco**

ลดความอโยยากบู่หรี

ได้ดว้สนมุ่นไฟรในคร้

มะนาว



น้ำมะนาว มีกรดอินหรีหลายชนิด ได้แก่

กรดซิตริก กรดมาลิกกรดควินิก วิตามินซี และน้ำตาล

ผิวมะนาว มีน้ำมันหอมระเหย ประกอบด้วยดี-

ไลโนเฝิน โกลนาโอแอลเทอรูนิออล และฟลาโวนอยด์

สารสมะนาว จะช่วลดความอโยยากของผิโคติน

และเปลี่ยนรสสัมผัสของบู่หรี ำให้ควมอโยยาก

บู่หรีลดลง

ขนาดและวิธีใช้

ห้มะนาวท่งเปลือกเป็นชั้นพอคำ

รับประทานทุกคร้มีควมอโยยากบู่หรี

ถ้าต้ง 3mgps/www.mcpd.go.th/index.php/new/research/CS38

ชาหญ่ดอกขาว

ช่วลดความอโยยากบู่หรี



มีฤทธิ์ให้ลิ้นฟาดหรือชา
ลดความอโยยากบู่หรี
ดื่มชาหญ่ดอกขาว
จะรู้สึกลิ้นลิ้อาเจียน

ขนาดและวิธีใช้

รับประทานครั้งละ 2 กรัม

ชงน้ำร้อนประมาณ 120-200 มิลลิลิตร

หลังอาหาร วันละ 3 - 4 ครั้ง



31 พฤษภาคม วันบ่ต สูบบ่หรีโลก

อาการไม่พึงประสงค์ ปากแห้ง คอแห้ง

ควรระวังการใช้ในผู้ป่วยโรคหัวใจและโรคไต

เนื่องจากชาหญ่ดอกขาวมีโพแทสเซียมสูง

ถ้าต้ง 3mgps/www.mcpd.go.th/index.php/new/research/CS38

บู่หรีตัวร้าย ทำลายหัวใจ

Tobacco breaks hearts
Choose health, not tobacco



31 พฤษภาคม
วันงดสูบบุหรีโลก