

สรุปความก้าวหน้าในการดำเนินงาน

ตามมาตรฐานการพัฒนาสถาบันอุดมศึกษาปลอดบุหรี่
คณะสัตวแพทยศาสตร์ ประจำปีงบประมาณ 2569

คณะสัตวแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

เกณฑ์มาตรฐานการพัฒนาสถาบันอุดมศึกษาปลอดบุหรี่

๑. นโยบายเชิงระบบ

มีนโยบายและการดำเนินงานสถาบันอุดมศึกษา
ปลอดบุหรี่ตามมาตรการทางกฎหมายใน
พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560

๒. ประชาสัมพันธ์เชิงรุก

สื่อสาร แจ้งเตือน ควบคุมดูแล และห้าม
ปราม เพื่อมิให้เกิดการสูบบุหรี่ภายใน
บริเวณเขตปลอดบุหรี่ที่กำหนดไว้

๓. พัฒนาศักยภาพแกนนำ

ส่งเสริมทักษะนิสิตนักศึกษา แกนนำ
สุขภาพ และผู้รับผิดชอบ ควบคู่กับการ
พัฒนาเครือข่ายความร่วมมือในพื้นที่

๔. บูรณาการหลักสูตร

จัดการเรียนการสอนด้านการควบคุมยาสูบ
สอดแทรกความรู้ทั้งในหลักสูตรและ
กิจกรรมเสริมหลักสูตรอย่างเป็นรูปธรรม

๕. วิจัยและนวัตกรรม

ส่งเสริมการจัดการความรู้ นวัตกรรม และ
งานวิจัยเชิงลึก เพื่อนำมาแลกเปลี่ยนผลงาน
และขับเคลื่อนร่วมกับภาคเครือข่าย

๖. สิ่งแวดล้อมปลอดภัย

ป้องกันอันตรายทางสุขภาพของกลุ่มผู้ไม่
สูบบุหรี่ โดยการจัดพื้นที่และสัญลักษณ์แจ้ง
เตือนเขตปลอดบุหรี่ให้ถูกต้องตามกฎหมาย

๗. ระบบบำบัดและส่งต่อ

สนับสนุนกระบวนการคัดกรอง บำบัด
ฟื้นฟูสภาพร่างกาย และส่งต่อผู้สูบบุหรี่ที่
ประสงค์เลิกเข้าสู่คลินิกเฉพาะทาง

๘. สู่เป้าหมายยั่งยืน

บูรณาการเกณฑ์มาตรฐานทั้ง 7 ด้าน
สู่การพัฒนาคณะสัตวแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นสังคมปลอดบุหรี่ 100%

แผนการดำเนินงานขับเคลื่อน ปีงบประมาณ 2569

วิเคราะห์ รายวิชาที่สามารถสอดแทรกเรื่องบุหรี่

รหัสรายวิชา สพปส 260

ชื่อรายวิชา อนามัยสิ่งแวดล้อมและอาชีวอนามัย

รหัสรายวิชา VSPA 260

ชื่อรายวิชา Environmental health and Occupational health

ภาษาไทย

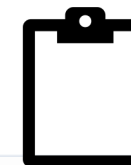
สปปส ๓๒๙ พิษวิทยาทางสัตวแพทย์

ภาษาอังกฤษ

VSPA 329 Veterinary Toxicology



out put
Poster presentation



เลือกเกณฑ์ 4 ร่วมหารือกับกลุ่มอาจารย์

จัดการเรียนการสอนด้านการควบคุม
ยาสูบ สอดแทรกความรู้ทั้งในหลักสูตร
และกิจกรรมเสริมหลักสูตรอย่างเป็น
รูปธรรม



Teachinn and learning

สอดแทรกความรู้ในวิชาเรียน ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ในการ
ออกแบบโปสเตอร์ วรรณคดี การป้องกันภัยจากบุหรี่ บุหรี่ไฟฟ้า



ผลงานสื่อประชาสัมพันธ์สร้างสรรค์จาก นักศึกษา (2566-2569)

ควันบุหรี่ต่อสัตว์เสี่ยง

การสูบบุหรี่ไม่ได้ส่งผลกระทบเพียงแค่มนุษย์แต่ยังส่งผลกระทบต่อสัตว์เลี้ยงด้วย สัตว์เลี้ยงที่สูดดมควันบุหรี่อาจเกิดอาการไอ หอบ หรือมีอาการอื่น ๆ ได้เช่นเดียวกับคน (Secondhand smoke)

จะส่งผลกระทบต่อสัตว์เลี้ยงอย่างไร?

สุนัข

- เมื่อสูดดมควันบุหรี่จะได้รับสารพิษเข้าสู่ปอด
- สารพิษจะเข้าไปสะสมตามระบบทางเดินหายใจ
- จากนั้นจะไปทำให้เกิดการอักเสบ ทำลายเซลล์ และเกิดโรคต่าง ๆ

แมว

- สารพิษจะเข้าไปสะสมตามระบบทางเดินหายใจ
- สารพิษจะเข้าไปทำให้เกิดการอักเสบ ทำลายเซลล์ และเกิดโรคต่าง ๆ

วิธีการป้องกัน

1. ทำความสะอาดสิ่งของและอานสัตว์เลี้ยงเป็นประจำ
2. สูบบุหรี่ในที่ห่างไกลสัตว์เลี้ยง
3. ระมัดระวังสิ่งสกปรกที่มีนิโคตินใกล้สัตว์เลี้ยง

ผลงานที่ 1

ควันบุหรี่ต่อสัตว์เลี้ยง

ตีแผ่อันตรายเชิงลึกของควันบุหรี่มือสองและไอระเหยบุหรี่ไฟฟ้าต่อสัตว์เลี้ยงแสนรัก ทั้งอาการแพ้ หอบหืด ทำลายเซลล์ และส่งผลเสี่ยงภาวะโรคไตเฉียบพลัน

THE FACT OF CIGARETTE SMOKING !

WHAT? การสูบบุหรี่ เป็นการกระทำเพื่อเอาโคโคสารออก ผ่องจนเกิดเป็นควันผ่านออกมจากการหายใจ โดยไม่ผลิตควันที่จับ

WHY? สมองต้องการออกซิเจนตามธรรมชาติ การสูบบุหรี่จะขัดขวางการไหลเวียนของเลือด ทำให้ร่างกายขาดออกซิเจน

WHO? ใครที่ได้รับผลกระทบบ้าง

- มือหนึ่ง คนสูบบุหรี่
- มือสอง คนสูดดม
- มือสาม สภาพแวดล้อม

HOW TO PREVENT

ATTENTION !

หลีกเลี่ยงสถานที่ที่ผู้คนสูบบุหรี่ เช่น ร้านอาหาร บาร์ คาเฟ่ หรือสถานที่ที่มีคนสูบบุหรี่

หลีกเลี่ยงการสูดดมควันบุหรี่มือสอง

หลีกเลี่ยงการสูดดมควันบุหรี่มือหนึ่ง

REFERENCES

กรมสุขภาพจิต, กรมอนามัย, กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ, กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ, กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ, กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ

ผลงานที่ 2

The Fact of Smoking

ชีวิตข้อเท็จจริงสถิติผลกระทบผู้สูบบุหรี่หนึ่ง มือสอง และมือสาม พร้อมเสนอโครงสร้างแนวทางป้องกันกลุ่มเสี่ยงทั้งเด็กและหญิงมีครรภ์

บุหรี่ไฟฟ้าอันตรายกว่าที่คิด

บุหรี่ไฟฟ้าเป็นอุปกรณ์ที่ใช้กลไกไฟฟ้า ทำให้เกิดไอควันที่เสียน้ำยาประกอบด้วยสารเคมีหลักๆ มีดังนี้

- นิโคติน**
 - เป็นสารที่ทำให้ร่างกายเสพติด
 - ทำให้ความดันโลหิตสูง และหัวใจเต้นเร็ว
- โพรโพลีนไกลคอล**
 - ส่วนประกอบที่ทำให้เกิดไอควัน
 - ระคายเคืองต่อปอด และเสี่ยงเกิดโรคหอบหืด
- กลีเซอริน**
 - เป็นสารเพิ่มความชื้น
 - ผสมกับโพรโพลีนไกลคอล ทำให้เกิดไอควัน
- สารประกอบอื่นๆ**
 - สารตกค้างกลั่น และรส
 - Ni, Co, Cr, Pb, ฯลฯ

อันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า

เพิ่มความเสี่ยงในโรคต่างๆ เช่น

- โรคเกี่ยวกับทางเดินหายใจ
- โรคหอบหืด
- โรคหัวใจ & หลอดเลือด
- โรคเบาหวาน

อันตรายต่อทารกในครรภ์

ระคายเคืองต่อผิวหนัง ดวงตา และปอด

แหล่งที่มา: โรงพยาบาลกรุงเทพ, บุหรี่ไฟฟ้า (https://www.bangkokhospital.com/content/electric-cigarette)

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย, บุหรี่ไฟฟ้า (https://chulalongkornhospital.go.th)

โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี 9 แอร์พอร์ต, บุหรี่ไฟฟ้า (https://ch9airport.com)

ผลงานที่ 3

บุหรี่ไฟฟ้าอันตรายกว่าที่คิด

แจกแจงอันตรายของส่วนผสมหลักอย่าง นิโคติน, โพรโพลีนไกลคอล, และกลีเซอริน ซึ่งส่งผลเสียโดยตรงต่อระบบทางเดินหายใจ หลอดเลือด และระบบประสาท

บุหรี่ไฟฟ้า

ELECTRIC CIGARETTE

บุหรี่ไฟฟ้าคืออะไร?

อุปกรณ์สูบหรือสูดควันไฟฟ้า TCR ที่ใช้เกิดความร้อนและนำพาควันประกอบกันเข้าสู่อากาศโดยตรง โดยไม่ต้องผ่านกระบวนการเผาไหม้เหมือนบุหรี่ปกติทั่วไป ประกอบด้วยส่วนประกอบหลัก 3 ส่วน

1. แบตเตอรี่
2. ตัวทำให้อากาศและควันร้อน
3. ปลาย

บุหรี่ไฟฟ้า vs บุหรี่ทั่วไป

- ไร้ตะกั่วจากบุหรี่ไฟฟ้ามีขนาดเล็กกว่าบุหรี่ทั่วไป ทำให้สามารถเข้าปอดได้ลึกกว่าและซึมเข้ากระแสเลือดได้อย่างรวดเร็ว
- บุหรี่ไฟฟ้าทำให้มีการการเสพติดได้เทียบเท่ากับบุหรี่ทั่วไป
- บุหรี่ไฟฟ้ามีสารที่เป็นอันตรายต่อร่างกายน้อยกว่าบุหรี่ทั่วไป แต่สามารถก่อมะเร็งได้เหมือนกัน

ส่วนประกอบ & อันตราย

1. นิโคติน => กระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง
 - ทำให้เสพติด
 - กระทบต่อการทำงานของหัวใจ
 - เสี่ยงต่อตับ, ภาวะซึมเศร้า, เสี่ยงสูง
 - โรคหัวใจ, โรคหลอดเลือดสมอง, มะเร็ง
2. โพรพิลีนไกลคอล => ระบายความร้อนที่บริเวณผิวหนัง, ดวงตา และปอด
3. กลีเซอรอล => เมื่อผสมกับโพรพิลีนไกลคอล จะทำให้เกิดอาการไอ
4. สารแต่งกลิ่น, รส
5. โลหะหนัก เช่น นิกเกิล, ตะกั่ว, ดีบุก

แก้ปัญหาการติดบุหรี่ด้วย บุหรี่ไฟฟ้าได้จริงหรือไม่?

การสูบบุหรี่ไฟฟ้าในบางรายอาจช่วยลดการสูบบุหรี่ได้จริง แต่จะมีการเสพติดบุหรี่ไฟฟ้าแทน หรือในบางรายมีโอกาสติดทั้งสองอย่างควบคู่กัน

ควันบุหรี่ไฟฟ้ามีสอง

- รม - ทำให้เกิดอาการระคายเคืองตาและอาการหายใจลำบาก **โดยเฉพาะในคนที่ไม่มีภูมิแพ้หรือการสูบบุหรี่ไฟฟ้ามีแนวโน้มที่จะเกิดอาการระคายเคืองมากกว่าปกติถึง 3 เท่า**
- สีสันเขียว - อาจก่อให้เกิดอาการภูมิแพ้ เช่น เป็นผื่นและลมพิษของผิวหนัง **เนื่องจากสารสูงตามใบชาเขียวอาจก่อให้เกิดอาการแพ้ได้เช่นกัน ทำให้มีนิโคตินที่น้อยลงตามด้วยชาเขียวและเป็นที่อันตรายได้เช่นกัน**

กฎหมาย

ผู้สูบบุหรี่ไฟฟ้าที่มีอายุครบ 18 ปีขึ้นไปสามารถซื้อและจำหน่ายบุหรี่ไฟฟ้าได้ตามกฎหมาย โดยต้องปฏิบัติตาม ข้อบังคับว่าด้วยการใช้ 5 ปี หรือฉบับแก้ไข 4 แห่งว่าด้วยการสูบบุหรี่ การค้าและการนำเข้า หรือทั้งฉบับแก้ไข หรือทั้งฉบับเดิม

ข้อมูลติดต่อสำนักงานช่วยเหลือ

สายด่วนบำบัดยาเสพติด โทร. 1165 หรือ 1661 โทร. 1165hsuanyai บริการตาม - ตลอด 24 ชั่วโมง

ขอขอบคุณแหล่งอ้างอิง

ภัยร้ายและกฎหมายควบคุม

เจาะลึกโครงสร้างสารเคมีของไอระเหย ข้อกฎหมายควบคุมที่เข้มงวด และภัยร้ายจากควันบุหรี่ไฟฟ้ามือสองที่มีระดับอันตรายเทียบเท่ากับบุหรี่ธรรมดา



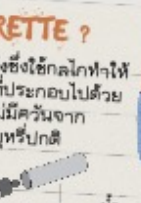
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล
พระนคร
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Prachinburi Campus

ELECTRONIC CIGARETTE

WHAT IS E-CIGARETTE ?

บุหรี่ไฟฟ้าเป็นบุหรี่ชนิดหนึ่งซึ่งใช้กลไกไฟฟ้าให้ความร้อนและไอน้ำ ที่ประกอบไปด้วยสารเคมีต่าง ๆ โดยไม่มีควันจากการเผาไหม้เหมือนบุหรี่ปกติ







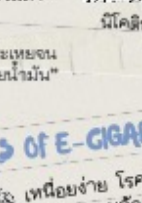
CIGARETTE VS E-CIGARETTE

FALSE ABOUT E-CIG

บุหรี่ไฟฟ้าอันตรายน้อยกว่าบุหรี่ธรรมดา
“บุหรี่ไฟฟ้าอันตรายเทียบเท่ากับบุหรี่ธรรมดา”

ตัวนี้ที่ออกมาคือไอน้ำ

“ควันที่ออกมาจากบุหรี่ไฟฟ้าคือน้ำยาที่ระเหยจนกลายเป็นไอ ซึ่งมาในรูปแบบของไอระเหยน้ำมัน”



นิโคติน เทียบเท่ากับบุหรี่ปกติ 20 มวน
สูดซึมง่าย เสพติดง่าย

DANGERS OF E-CIGARETTE

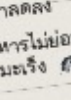


หน้อยง่าย โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง
หลอดลมอักเสบ โรคหอบเรื้อรัง

ภาวะหลอดเลือดแข็ง โรคหลอดเลือดหัวใจ
จึงทว่าการเดินของหัวใจผิดปกติ ความดันโลหิตสูง

เซลล์สมองถูกทำลาย อาจเกิดอาการปวด
เวียนศีรษะ นอนไม่หลับ ความจำลดลง

เกิดแผลในกระเพาะ คลื่นไส้ อาหารไม่ย่อย
กรดไหลย้อนและอาจนำไปสู่โรคมะเร็ง



จัดทำขึ้นเพื่อวัตถุประสงค์ในการศึกษาเท่านั้น
Website: www.sas.ac.th/healthcare
Email: healthcare@sas.ac.th

เจาะลึกความจริงบุหรี่ปั๊พไฟฟ้า

สลายความเข้าใจผิดเรื่องความปลอดภัย ชี้ให้เห็นว่าบุหรี่ไฟฟ้า
เพียง **1** ตัว มีระดับสารเสพติดนิโคตินเข้มข้นสูงเทียบเท่าการ
สูบบุหรี่ปกติมากถึง **20** มวน

เลิกบุหรี่ เพื่อสุขภาพของปอด

สารเคมีจากบุหรี่

- Nicotine
- Tar
- carbon monoxide
- hydrogen oxide
- Nitrogen oxide
- Ammonia
- Formaldehyde
- Cyanide

โรคภัยจากบุหรี่

- มะเร็งปอด
- หัวใจและหลอดเลือด
- ถุงลมโป่งพอง
- ความดันโลหิตสูง
- สมองเสื่อม

Management

- จำกัดพื้นที่การสูบบุหรี่
- สร้างพื้นที่สูบบุหรี่

Legalize

- ควบคุมการผลิต
ชื่อสูบ
ที่ผิดกฎหมาย

Prevention

Acknowledge

- ให้ความรู้ถึงโทษของ
บุหรี่ต่อตนเอง และผู้อื่น

By ourselves

- หลีกเลียงพื้นที่สูบบุหรี่
- ปกป้องกันตัวเราด้วยตัวเอง

Mahidol University
Faculty of Veterinary Science

เด็กเพื่อเสรีภาพของปอด

ชูแนวทางขับเคลื่อนการป้องกัน (Prevention) 4 ด้าน
สำคัญ คือ Management (จัดการพื้นที่), Legalize
(กฎหมาย), Acknowledge (ตระหนักรู้) และ By
Ourselves

มหาวิทยาลัยมหิดล
ศูนย์วิจัยสุขภาพ

Electronic Cigarettes

“บุหรี่ไฟฟ้า ภัยเงียบที่คาดไม่ถึง”

ผลิตภัณฑ์ยาสูบใช้กลไกไฟฟ้า เมื่อสูบน้ำยาในบุหรี่ไฟฟ้าจะถูกทำให้งอกเป็นไอ
เป็นอันตรายต่อผู้สูบและคนรอบข้าง

สารพิษจากบุหรี่ไฟฟ้า

Nicotine: เกิดการเสพติด
Propylene glycol: ระคายเคืองตา
ทางเดินหายใจ ไอ ปวดหัว คลื่นไส้อาเจียน
Glycerin: ทำให้ไอ หลอดลมอักเสบ หอบเหนื่อย

ผู้ที่เกี่ยวข้อง

กลุ่มเสี่ยง

- วัยรุ่น อายากู๋ อายากอง
- ผู้สูบบุหรี่เดิม
- ผู้ที่ทำงานในสถานที่ที่มีควันบุหรี่สะสม

ช่วยด้วยด่วนความและให้คำปรึกษา

- สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422
- องค์การพัฒนาคำนวณสุขภาพ
- สายด่วน 1600 โทรฟรี 24 ชั่วโมง
- สายด่วนสุขภาพประจำจังหวัด

ทำไมจึงสำคัญ

HEALTH
ส่งผลต่อปอด หัวใจ
ระบบประสาท ภูมิคุ้มกัน

ILLEGAL
ผิดกฎหมายในประเทศไทย

DANGER to THE LOVED ONE
เป็นอันตรายต่อคนรอบข้าง
ครอบครัว คนรัก

เลิกบุหรี่โทร 1600

วิธีป้องกัน

Motivation แร่ธาตุ
จิตใจ

จัดการที่ดินเหตุ
เช่น ทำกิจกรรมอื่นๆ คลายเครียด

ปรึกษาแพทย์

สนใจข้อมูลเพิ่มเติม
<https://www.therecoveryinfo.com/content/1888>
<https://www.hfocus.org/content/2023/02/27023>

ผลงานที่ 7

ภัยเงียบที่คาดไม่ถึง

ตีแผ่ผลเสียของนิโคตินต่อโครงสร้างสมองในวัยรุ่น สรุบบัญชี้ภัยและแนวทางสร้างแรงบันดาลใจในการป้องกันและเลิกสูบบุหรี่อย่างถูกวิธีผ่านแพทย์เฉพาะทาง

มหาวิทยาลัยมหิดล
ศูนย์วิจัยสุขภาพ

CIGARETTES HAZARD

DANGEROUS!

สูบบุหรี่ก่อให้เกิดโรคหลายชนิด

- โรคหัวใจ
- โรคหลอดเลือด
- โรคถุงลมโป่งพอง
- โรคปอดอักเสบ
- โรคมะเร็งในอวัยวะต่างๆ

อันตรายจากบุหรี่ไฟฟ้า

สารพิษในควันบุหรี่

NICOTINE
Cyanide
Ammonia
Nitrogen Dioxide

Formaldehyde
Propylene
Tar
Carbon Monoxide

วิธีป้องกันที่ที่ดีที่สุด

ไม่สูบ หรือ เลี่ยงผู้สูบ
หากเลี่ยงไม่ได้ ควรปฏิบัติดังนี้

ทำความสะอาดพื้นที่ที่มีควัน

สูบบุหรี่เฉพาะสถานที่ที่อากาศถ่ายเท

แจ้งการอยู่ใกล้ผู้สูบ

สนับสนุนให้เลิกบุหรี่

ควันบุหรี่

ไม่เพียงแต่ทำร้ายเรา
แต่ยังทำร้ายบุคคลที่รัก
โดยไม่รู้ตัว

1. ผู้สูบบุหรี่
2. ควันบุหรี่มือสอง
3. ควันบุหรี่มือสาม

หากต้องการติดต่อหน่วยงาน

สายด่วนเลิกบุหรี่ 1600
ให้คำปรึกษาโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

คลินิกฟ้าใส
ศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก
82-849-6688 ต่อ 2318

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ
<https://www.therecoveryinfo.com/content/1888>
<https://www.hfocus.org/content/2023/02/27023>

ผลงานที่ 8

Cigarettes Hazard

แนะแนวทางการปฏิบัติตนและรณรงค์สิทธิของผู้ไม่สูบ กลุ่มครอบครัวใกล้ชิด พร้อมประชาสัมพันธ์ช่องทางบำบัดรักษา เช่น คลินิกฟ้าใส และสายด่วน 1600

สอดแทรกเนื้อหา เผยแผ่ความรู้ ความเป็นพิษและโทษของบุหรี่ต่อสัตว์เลื้อยคืบคู่กับการรณรงค์การงดสูบบุหรี่ ในกิจกรรมต่างๆ ของ นศ. เช่น ค่ายสัตวแพทย์อาสา กิจกรรมรณรงค์ป้องกันพิษสุนัขบ้า เป็นต้น



ความก้าวหน้าและผลการดำเนินงานที่โดดเด่น

พื้นที่ห้ามสูบบุหรี่ตามกฎหมาย

100
%

ผลสัมฤทธิ์เด่น ประจำปีงบประมาณ 2569

- คณะสัตวแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ประสบความสำเร็จในการจัดทำและบำรุงรักษาสิ่งแวดล้อมทางกายภาพอย่างสมบูรณ์แบบ โดยมีการติดตั้งป้ายแจ้งเตือน ในส่วนบริการและโรงพยาบาลสัตว์
- นอกจากนี้ ยังมีการ พัฒนานวัตกรรมสื่อออนไลน์จากนักศึกษา เพื่อตระหนักถึงอันตรายเชิงลึกของบุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้าทั้งต่อผู้สูบ คนรอบข้าง และผลกระทบต่อสัตว์เลี้ยงแสนรัก

ร่วมสร้างสังคมปลอดบุหรี่

เพื่อสุขภาวะที่ดีอย่างมีคุณภาพและยั่งยืนของครอบครัว
สัตว์แพทย์ มหิดล และสัตว์เลี้ยงที่คุณรัก