

บุหรี่กับ
มะเร็งปอด



ถึงเวลาที่จะหยุดการใส่ขี้ยาในปอดของคุณ

โรคมะเร็งปอด

เป็นโรคมะเร็งชนิดที่พบบ่อยมากที่สุด และมีอัตราการเสียชีวิตเป็นอันดับต้นๆ โดยส่วนใหญ่มะเร็งชนิดนี้มักจะพบในผู้ชายบ่อยกว่าในผู้หญิง 2-3 เท่า

ปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ

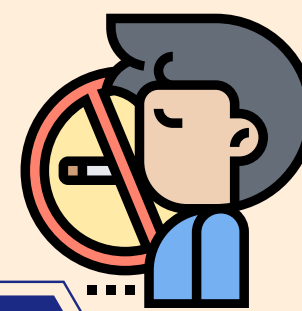
- สูบบุหรี่หรือรับควันบุหรี่
- พันธุกรรม
- สัมผัสสารก่อมะเร็ง : แร่ใยหิน ก๊าซเรดอน รั้งสี ควันรูป ควันจากท่อไอเสีย และมลภาวะทางอากาศ

บุหรี่กับมะเร็งปอด

- ร้อยละ 90 ของมะเร็งปอดมีสาเหตุมาจากการสูบบุหรี่
- ในผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ที่เป็นมะเร็งปอดร้อยละ 30 เป็นผลมาจากการได้รับควันบุหรี่ที่ผู้อื่นสูด
- ผู้สูบบุหรี่จัดจะมีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งปอดมากกว่าผู้ไม่สูดถึง 50 เท่า
- เนื่องจากปอดเป็นอวัยวะที่รับควันบุหรี่มากที่สุด ดังนั้น ความเสี่ยงต่อพิษภัยของควันบุหรี่ขึ้นอยู่กับปริมาณบุหรี่ที่สูดและวิธีการสูดควันบุหรี่



เลิกสูบ ลดเสี่ยง คุณทำได้!



หลากหลายวิธีลดความเสี่ยง



รับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ



ออกกำลังกายสม่ำเสมอ



หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่



หลีกเลี่ยงมลพิษทางอากาศ



ตรวจสุขภาพเป็นประจำ