



ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့် ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲခြင်းတို့၏ အန္တရာယ်များ

The Union

ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲမှုကြောင့် ကမ္ဘာပေါ်တွင် နှစ်စဉ် လူဦးရေ **၈ သန်းခန့်** သေဆုံးလျက်ရှိပြီး



၎င်းတို့အနက် **၁ သန်း** သည် တစ်ဆင့်ခံ ဆေးလိပ်ငွေ၊ ရှူရှိုက်ရခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။



- ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ အီးစီးကရက်တို့တွင် ပါဝင်သော နီကိုတင်းသည် ပြင်းထန်စွာ စွဲလမ်းစေပြီး၊ ငယ်စဉ်ဘဝတွင် စတင်စမ်းသပ် အသုံးပြုပါက နောက်ပိုင်းတွင် ဆေးလိပ်နှင့် အခြားပစ္စည်းများ သုံးစွဲနိုင်ခြေ နှစ်ဆပိုများပါသည်။
- ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီး လုပ်ငန်းရှင်များသည် ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ အီးစီးကရက် စသည့်ပစ္စည်းများကို လူငယ်လူရွယ်များ ပိုမို အသုံးပြုလာစေရန် အောက်ပါနည်းလမ်းမျိုးစုံဖြင့် အရောင်းမြှင့်တင်ခြင်း၊ ကြော်ငြာခြင်းတို့ကို တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ၊ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။
 - E-Cigarette (Vape)၊ ရိုက်ရှား စသည့် ပစ္စည်းအသစ်များကို လူငယ်အကြိုက် အနံ့အရသာမျိုးစုံဖြင့် ထုတ်လုပ်ရောင်းချခြင်း
 - ရုပ်ရှင်၊ ရုပ်မြင်သံကြား၊ လူမှုကွန်ရက်များတွင် ၎င်းပစ္စည်းများကို ပြသ၍ ဆွဲဆောင်ခြင်း၊ ကြော်ငြာခြင်း၊
 - ကုန်အမှတ်တံဆိပ်ပါဝင်သည့် ပစ္စည်းများ အသုံးပေးခြင်း၊ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲ အခမ်းအနားများ ကျင်းပပေးခြင်း

ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးနှင့် COVID - 19 အန္တရာယ်

- ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်းကြောင့် မသန့်ရှင်းသော လက်မှတ်ဆင့် ပါးစပ်အတွင်းသို့ COVID-19 ရောဂါကို ဖြစ်စေသော ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပိုမိုဝင်ရောက်နိုင်သည်။
- ရိုက်ရှား၊ ငရေပြောင်းစသည့်ပစ္စည်းများ မျှဝေအသုံးပြုခြင်းကြောင့် COVID-19 ရောဂါကို ဖြစ်စေသော ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုး တစ်ဦးဦးမှ တစ်ဦးသို့ ကူးစက်နိုင်သည်။
- ကွမ်းစားခြင်းဖြင့် စည်းကမ်းမဲ့ ကွမ်းတံတွေးထွေးခြင်းကြောင့် COVID-19 ရောဂါ ပိုမိုကူးစက်ပျံ့နှံ့နိုင်သည်။
- ဆေးလိပ်နှင့် အလားတူပစ္စည်းများ သုံးစွဲခြင်းကြောင့် နာတာရှည် အဆုတ်နှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းရောဂါ၊ နှလုံး၊ သွေးတိုး ကင်ဆာ စသည့်ရောဂါများ ဖြစ်ပွားနေပြီး၊ COVID-19 ရောဂါ ကူးစက်ခံရပါက ရောဂါလက္ခဏာများ ပိုမိုပြင်းထန်ပြီး သေဆုံးနှုန်း ပိုမိုမြင့်မားနိုင်သည်။



- လူငယ်လူရွယ်များ အပါအဝင် ပြည်သူလူထုမှ ဆေးလိပ်၊ ကွမ်း၊ အီးစီးကရက် စသည့်ပစ္စည်းများ စတင်စမ်းသပ်အသုံးပြုခြင်း လုံးဝမပြုလုပ်ပါနှင့်။
- ကလေးငယ်များရှေ့တွင် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကလေးငယ်များအား ဆေးလိပ်မီးညှို့ခိုင်းခြင်း၊ ဆေးလိပ် ဝယ်ခိုင်းခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- မိမိအိမ်ကို ဆေးလိပ်ငွေ ကင်းစင်သည့် အိမ်ဖြစ်ရန် စတင်လုပ်ဆောင်ပါ။
- မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်းကို ချက်ချင်း ဖြတ်ပါ။
- မိသားစုဝင်များနှင့် မိတ်ဆွေများကိုလည်း ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်းများ မပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်း အားပေးကူညီပါ။