



## KHÔNG KHÍ TRONG LÀNH CHO QUÝ VỊ & CÁC CON

Bệnh Viện Nhi Đồng tán thành môi trường không có khói thuốc lá cho trẻ em. Môi trường không có khói thuốc lá có lợi cho sức khỏe của trẻ em.

Chúng tôi hy vọng kỳ đến Bệnh Viện Nhi Đồng lần này có thể là dịp để quý vị và gia đình cùng nhau làm cho căn nhà và xe không có khói thuốc lá.

Nay, các tòa nhà và sân của Bệnh Viện Nhi Đồng đều là nơi không có khói thuốc lá. Tài liệu này trình bày chi tiết về chính sách của bệnh viện về việc hút thuốc lá, quý vị phải đi đến những chỗ nào nếu muốn hút thuốc lá, và những dịch vụ nào quý vị có thể tiếp xúc để tìm hiểu thêm về việc bỏ thuốc lá.

Chúng tôi biết đưa con vào bệnh viện là lúc đầy lo lắng và chúng tôi hiểu nhiều người muốn hút thuốc lá khi bị căng thẳng tinh thần. Đa số người lớn hút thuốc lá đều bị nghiện chất nicôtin, và chúng tôi cũng biết là quý vị nào có muốn đến đây!

Vì những lý do vừa nêu, thay vì áp dụng lệnh cấm hút thuốc lá toàn khuôn viên bệnh viện (cấm hút thuốc lá trong các tòa nhà), bệnh viện đã dành riêng ba khu vực cho người hút thuốc lá.

Nếu muốn hút thuốc lá khi con quý vị đến Bệnh Viện Nhi Đồng, chúng tôi yêu cầu quý vị chỉ hút thuốc lá tại ba khu vực dành riêng ngoài trời này mà thôi. Những chỗ này nằm cách xa những chỗ lấy không khí sạch cho bệnh viện. Nếu hút thuốc lá ở những chỗ khác thì không khí đầy khói thuốc lá này có thể được hút vào bệnh viện và có thể ảnh hưởng đến sức khỏe của trẻ em bị bệnh nằm trong phòng điều dưỡng triệt để và các dãy bệnh nhân khác.

Trong tài liệu này có bản đồ chỉ dẫn địa điểm của những khu vực này. Bất cứ ai hút thuốc lá ngoài ba khu vực này đều bị yêu cầu dập tắt thuốc lá, hoặc đi nơi khác.

Ngày nay chúng ta biết rõ là khói thuốc lá trong không khí, từ thuốc lá của người khác, có liên can đến bệnh tật nơi trẻ em.

Qua xét nghiệm, sản phẩm từ khói thuốc lá của cha/mẹ vẫn thường được tìm thấy trong máu, nước tiểu và nước miếng của các em ngay cả trẻ nhỏ.

Đôi với trẻ em, bị người thuốc lá của người khác dẫn đến:

Những vấn đề phổi như:

- Suyễn
- Viêm phế quản
- Sung phổi
- Ho gà
- Viêm tai
- Viêm amidan
- Hội chứng ấu nhi đột tử
- Viêm nhiễm vi khuẩn trầm trọng

Trẻ em sống trong những căn hộ mà cha hoặc mẹ hút thuốc lá dễ phải nhập viện vì những bệnh nêu trên hơn.

Đa số cha/mẹ hút thuốc lá đều nói rằng ước gì họ đã không tập hút thuốc lá. Trẻ em có cha/mẹ hút thuốc lá khi lớn lên cũng dễ tập hút thuốc lá hơn. Do đó, cha/mẹ bỏ thuốc lá là hợp lý vì điều đó có lợi cho sức khỏe bản thân, và quan trọng hơn là vì sức khỏe của con sau này. Cha/mẹ là tấm gương gần gũi nhất cho

trẻ em bắt chước; dù quý vị bảo con đừng hút thuốc lá, thường thì con quý vị bắt chước những gì quý vị làm hơn là nghe theo những lời quý vị nói.

Những dịch vụ dành cho người muốn bỏ thuốc lá?

Cứ bốn người lớn hút thuốc lá thì có ba người muốn bỏ thuốc lá nếu được, và hơn phân nửa số người còn lại thì có ý muốn bỏ thuốc lá. Có lẽ quý vị nên lợi dụng kỳ đi đến Bệnh Viện Nhi Đồng để chuyển tư tưởng thành hành động! Chúng tôi khuyến khích quý vị nói chuyện với bác sĩ hoặc y tá của con để xem quý vị có thể làm gì để bỏ thuốc lá.

Đồng thời chúng tôi cũng xin đề nghị

*The Quitline*: 131 848

Đây là đường dây điện thoại thông tin và dịch vụ tư vấn do tổ chức QUIT, Victoria đảm trách. Quý vị sẽ được nói chuyện với nhân viên chuyên nghiệp và người này sẽ cho quý vị biết thông tin về những dịch vụ miễn phí khác nhau. Cú điện thoại tính theo cước điện thoại địa phương.

Bác sĩ gia đình quý vị có khả năng giúp bệnh nhân bỏ thuốc lá. Quý vị hãy nói chuyện với bác sĩ về những cách quý vị có thể bỏ thuốc lá, kể cả dùng thuốc men như Zyban và thay thế chất nicôtin (thí dụ như cao dán và kẹo cao su), cũng như những nguồn trợ giúp khác.

Do:



biên soạn

Với sự hợp tác của:



