

## 1. Tên tình huống:

Trong giờ ngữ văn chúng em đã được học bài:”Ôn dịch, thuốc lá”.  
Bạn Hoa cho rằng:’HIV/AIDS có hại hơn thuốc lá’.  
Còn Lan thì cho là:’thuốc lá có hại hơn’.  
Nếu là em thì em sẽ chọn ý nào?

## 2. Mục tiêu giải quyết tình huống:

- Giúp bảo vệ sức khoẻ con người.
- Nâng cao ý thức hiểu biết về thuốc lá và tác hại của nó.
- Tích cực tuyên truyền, tham gia các hoạt động liên quan đến thuốc lá.

## 3. Giải pháp giải quyết tình huống:

Vận dụng kiến thức của các môn học như:

- Trong GD&ĐT: tuyên truyền nâng cao ý thức thực hiện việc không hút thuốc lá, cai nghiện thuốc lá, tuyên truyền về việc phòng chống thuốc lá.
- Trong hoá học: cho biết thành phần của khói thuốc lá.
- Trong toán học: số liệu thống kê về tình hình nghiện thuốc lá đối với kinh tế của xã hội.
- Trong sinh học : cho biết tác hại của thuốc lá.
- Trong ngữ văn:sử dụng từ ngữ, phương thức biểu đạt phù hợp cho bài văn...

## 4. Bài viết:

Ai cũng biết thuốc lá là nguy cơ lớn nhất đối với sức khoẻ con người và là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến tử vong sớm trên toàn thế giới. Việt Nam là một trong mười lăm nước có tỉ lệ nam giới hút thuốc ngày càng gia tăng. Số ca tử vong thường do nguyên nhân hút thuốc lá gấp nhiều lần so với số người chết do tai nạn giao thông hàng năm. Thế nhưng những người hút thuốc lá biết tác hại của nó nhưng vẫn không mản đến. Việc cai nghiện thuốc lá là một vấn đề nan giải,muôn những người hút thuốc lá cai nghiện thành công không chỉ phụ thuộc vào người hút mà còn có sự hỗ trợ của những người xung quanh .Theo như thống kê tại Việt Nam thì tình hình nghiện thuốc lá gần 50% nam giới hút thuốc và 1,4% nữ giới hút thuốc.Và cũng theo thống kê của tổ chức sức khoẻ thế giới thì Việt Nam là nước có tình hình nghiện thuốc lá cao nhất Châu Á.

Qua bài học :”Ôn dịch,thuốc lá” em đã học thì cho thấy thuốc lá như là một loại ôn dịch, nó đe dọa sức khoẻ và tính mạng của loài người còn nặng hơn cả HIV/AIDS. Theo tỉ lệ của hút thuốc lá điều tại Việt Nam thì mỗi ngày có khoảng 15triệu người hút thuốc lá,con số này quả thật đáng báo động vì có xu hướng ngày càng tăng nhanh, cao và có nguy cơ trẻ hoá. Nếu không có biện pháp can thiệp kịp thời thì sẽ có rất nhiều người chết sớm do hút thuốc lá. Từ ước tính của tổ chức sức khoẻ thế giới vào năm 2030 thì số người chết do thuốc lá sẽ tăng lên với con số khủng khiếp là 100000 ca/năm nhiều hơn số người chết do tai nạn, HIV/AIDS, bệnh lao, tự tử cộng lại.

Trong tài liệu và bản thân em biết, trong thuốc lá có những thành phần hoá học của thuốc lá được chia làm nhiều nhóm:

+ **Nhóm 1: Chất độc Nicôtin**

Chất độc Nicôtin là một loại chất lỏng như dầu không màu, khi cháy nó chuyển thành màu nâu và có màu khi tiếp xúc với không khí, thuốc ẩm và có thể trộn lẫn với nước trong dạng Bazơ của nó. Nicôtin tạo muối với các Axit, thông thường có dạng rắn và hoà tan trong nước. Nó dễ dàng thấm qua da, tự do cháy ở nhiệt độ thấp hơn điểm sôi của nước và hơi của nó bốc cháy ở nhiệt độ 95°C trong không khí. Nicôtin được xếp vào nhóm các chất có tính chất dược lí gây nghiện chủ yếu, tương tự như chất ma tuý, hêrôin. Người hút thuốc trung bình đưa vào cơ thể 1-2mg Nicôtin trong mỗi điếu thuốc.

### + Nhóm 2: Monoxit cacbon ( khí CO)

Khí Monoxit cacbon có nồng độ cao trong khói thuốc lá sẽ được hấp thụ vào máu với hemoglobine với ái lực mạnh hơn 210 lần khí Oxi, khí CO đi nhanh vào máu và chiếm không khí của khí Oxi trên hồng cầu. Ái lực hemoglobine hồng với khí CO mạnh gấp 200 lần so với khí Oxi. Và như thế cứ mỗi lần hút thuốc lá, một lượng hồng cầu trong máu tạm thời mất chức năng vận chuyển Oxi vì đã gắn kết với khí CO. Hậu quả là không đủ khí Oxi để sử dụng.

### + Nhóm 3: Các phân tử nhỏ trong khói thuốc:

Khói thuốc lá chứa nhiều chất kích thích dạng khí hoặc hạt nhỏ. Các chất kích thích này gây nên các thay đổi cấu trúc của niêm mạc, phế quản dẫn đến tăng sinh các phiên phế quản, các tế bào chất nhày và làm mất tế bào có lông chuyển. Các thay đổi này làm tăng tiết nhày và giảm hiệu quả thanh lọc của thảm nhày lông chuyển.

Trong khói thuốc có khoảng 70 chất trong đó gồm các hợp chất thơm có vòng đồng như Benzopyzene, Nito samine có chất gây ung thư,...



### \*Tác hại của thuốc lá :

- Tác hại về sức khoẻ: Trong thuốc lá có 3 kiểu khói thuốc lá: dòng khói chính, dòng khói phụ và khói thuốc môi trường.

+ Dòng khói chính : là dòngkhói thuốc do người hút hít vào , đó là luồng khí đi qua gốc của điếu thuốc.

+ Dòng khói phụ: là dòng khói thuốc từ đầu điếu thuốc đang cháy toả ra vào không khí. Nó không bao gồm phần thuốc do người hút thả ra.

+ Khói thuốc môi trường : là hỗn hợp của dòng khói phụ và khói thở ra của dòng khói chính cũng như các chất tạp nhiễm khuyếch tán qua giấy quấn thuốc lá và đầu điếu thuốc giữa các đầu hút.

Khói thuốc có thể tồn tại trong không khí hơn 2 giờ, ngay cả khi không còn nhìn và ngửi thấy nữa. Do đó những người thường xuyên sống và làm việc cạnh người dùng thuốc lá có thể tiếp nhận lượng khói tương đương với việc hút 5 điếu mỗi ngày.Theo Hội hiệp ung thư Mỹ, cứ mỗi giờ ở cùng phòng với một người hút thuốc lá,nguy cơ mắc bệnh ung thư phổi cao gấp 100 lần so với việc sống 20năm trong toà nhà chứa chất độc asen. Một người hút một điếu thuốc tức là tự mình làm mất đi 5,5 phút cuộc sống. Tuổi thọ trung bình của người hút thuốc ngắn hơn so với người không hút thuốc 5 đến 8 năm. Hút thuốc làm tăng tỉ lệ tử vong từ 30% đến 80%(chủ yếu là bệnh ung thư phổi). Mức độ tăng nhanh nguy cơ phụ thuộc vào tuổi đầu hút(hút thuốc càng sớm thì nguy cơ càng cao), số lượng thuốc hút trung bình hàng ngày nhân với số năm hút và thời gian hút càng dài thì nguy cơ cũng càng lớn .

*\* Nguy cơ mắc các bệnh ung thư :*

Một nghiên cứu ở Mỹ về sự liên quan giữa sử dụng thuốc lá và ung thư đã tiến hành ước tính rằng khoảng 1/3 trong tổng số người chết vì ung thư liên quan tới sử dụng thuốc lá. Thuốc lá gây ra xấp xỉ 90% tổng số chết vì ung thư phổi. Chỉ khoảng 13% bệnh nhân ung thư phổi phải sống sót sau 5 năm. Tỉ lệ chết do ung thư phổi ở nam giới có hút thuốc cao gấp 22 lần so với nam giới không hút thuốc.

Ngoài ra hút thuốc lá còn gây ra ung thư ở nhiều thành phần khác như họng, thanh quản, lưỡi, tuyến nước bọt, môi,miệng, tuyến tụy,thận, bàng quang, ruột, bộ phận sinh dục,.....

*\* Ảnh hưởng của thuốc lá đến chức năng phổi*

Hệ thống hô hấp có một số hàng rào bảo vệ để chống lại các bệnh. Quá trình lọc ở đường hô hấp trên giúp ngăn chặn vi khuẩn, vi rút và các chất gây kích thích từ ngoài vào trong phổi. Khí quản và tổ chức phổi sản xuất ra chất nhày giúp cho việc lấy và mang các chất bẩn ra ngoài. Hỗn hợp chất nhày và chất tạp nhiễm sẽ được đưa ra ngoài nhờ các lông nhỏ li ti gọi là lông chuyển, những lông này lấy bụi rất nhanh về phía trên, tốc độ của lông chuyển rất cao tới 1000 lần trong một phút khi khói thuốc đi vào qua miệng đã vô tình bảo qua cơ chế bảo vệ thứ nhất đó là quá trình lọc ở mũi. Điều này làm cho hệ thống lông chuyển ở người hút thuốc bị liệt thậm chí bị phá huỷ. Hậu quả cuối cùng ở những người hút thuốc bị nhiễm các chất độc hại và bị giữ lại nhiều.



*\* Ảnh hưởng của thuốc lá đối với sức khỏe sinh sản của phụ nữ:*

Khói thuốc rất nguy hại đối với phụ nữ phá hủy noãn bào, gây tiết hormone bất thường dẫn đến gây vô sinh.

Biến chứng do thuốc lá ở phụ nữ có thai: xảy thai , vỡ ối sớm, đẻ non.



*\* Ảnh hưởng của thuốc lá đối với trẻ em:*

Trẻ em hút thuốc thụ động có nguy cơ lớn mắc các bệnh như: nhiễm trùng đường hô hấp dưới ,viêm tai giữa cấp và mãn tính, và các bệnh đường hô hấp khác như viêm họng, khàn tiếng , viêm amidal; bệnh đường ruột. ....

### **5. Thực hiện cuộc vận động:**

Để bảo vệ sức khỏe cộng đồng khỏi tác hại của thuốc lá thì bầu không khí trong nhà phải hoàn toàn không có khói thuốc lá. Vì vậy chúng ta phải quyết tâm nói không với khói thuốc lá, vì một văn minh phát triển, vì một tương lai tươi sáng cho loài người nói chung và đất nước Việt Nam nói riêng.



Qua bài viết trên chúng em đã có kết luận cho câu hỏi trên:

Chúng em thấy thuốc lá có hại hơn HIV/AIDS và nó còn nguy hiểm hơn những thứ độc hại khác và cũng là nguy cơ lớn dẫn đến nhiều bệnh tật khó chữa trị.

#### **6. Ý nghĩa của việc giải quyết tình huống:**

Từ những tình huống trên chúng ta mỗi con người đang sống trong đất nước Việt Nam hãy có ý thức hơn góp phần chung tay xây dựng một môi trường không khói thuốc lá.

#### **Nhóm tác giả:**

**Dương Thị Thuý Hằng**

**Bùi Thị Uyên Ly**

**Hoàng Thảo Nguyên**

**Trần Thị Mỹ**

**Học sinh lớp 8/2 Trường THCS Nguyễn Văn Trỗi**