

e-Rokok: Bukan pilihan untuk berhenti merokok

RAMAI perokok tegar mendakwa rokok elektronik atau e-rokok mampu menjadi pilihan untuk mengurangkan tabiat merokok dan sekali gus mampu membuang tabiat merokok mereka sejak bertahun-tahun lamanya.

Tetapi, tanpa disedari, sebenarnya rokok elektronik ini mengundang pelbagai penyakit kronik seperti penyakit jantung dan paru-paru kepada mereka yang menggunakannya.

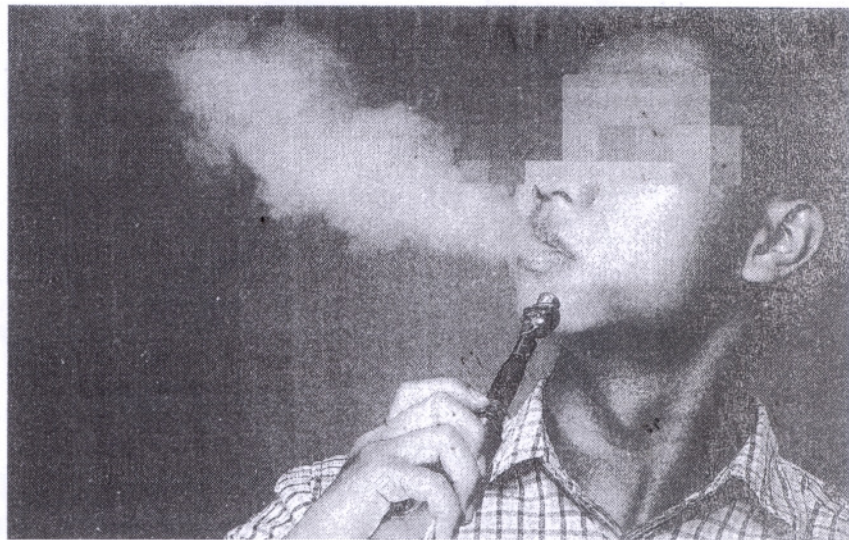
Berdasarkan kajian terbaharu yang dibentangkan dalam Laporan Kongres Tahunan Persatuan Pernafasan Eropah (ERS) mendapati e-rokok ini mampu merosakkan paru-paru.

Alat itu didapati mengakibatkan kekurangan oksigen yang diserap oleh darah hingga mengakibatkan peningkatan segera dalam rintangan udara paru-paru.

Perkara ini juga disokong oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) mengatakan bahawa "tiada kajian yang sahih menunjukkan e-rokok ini selamat dan berkesan sebagai bahan gantian kepada nikotin".

Oleh itu, pihak pengeluar harus melakukan kajian yang mendalam untuk menyokong dakwaan mereka bahawa e-rokok boleh digunakan untuk mengurangkan tabiat merokok.

Malah, kenyataan ini juga disokong oleh Jabatan Kesihatan Kanada



RAMAI yang mula beralih kepada rokok elektronik sebagai pengganti rokok 'konvensional', namun ia sebenarnya bukan satu penyelesaian. - GAMBAR HIASAN

(2009) yang berpendapat penggunaan e-rokok tidak digalakkan kepada rakyatnya kerana mempunyai kesan negatif ke atas penggunaannya.

Kesimpulannya, pengambilan rokok elektronik sememangnya mempunyai impaknya yang tersendiri terhadap kesihatan sama dengan rokok tembakau.

Terdapat pelbagai alternatif lain yang boleh membantu dalam usaha

mengurangkan tabiat merokok. Namun, semuanya terpalang kepada diri anda sendiri, sejauh mana anda nekad untuk berhenti merokok?

Ingatlah kesihatan sangat berharga dan ia tidak boleh dibeli dengan wang ringgit.

RAHMAWATI NURDIN
UPM, SERDANG.