

ทุกวันนี้บุหรี่ได้กลายเป็นปัญหาที่สำคัญของทุกๆประเทศในโลก อันตรายจากบุหรี่
จะส่งผลกระทบที่เลวร้ายไม่เพียงต่อคนที่สูบบุหรี่เท่านั้น คนที่อยู่รอบ ๆ ข้างก็จะได้รับผลอันนั้นด้วย
ทุกคนควรจะช่วยกันแก้ปัญหานี้ได้แล้ว

แม้ว่าคนที่สูบบุหรี่จะมีมาก แต่เพื่อสุขภาพของตนเองและผู้อื่นแล้วก็ควรจะเลิกสูบบุหรี่
บางคนจะคิดว่าไม่ว่าใครมีสิทธิที่จะสูบบุหรี่ได้ เพราะว่าตัวเองเป็นคนสูบบุหรี่ไม่ใช่เรื่องของคนอื่นเลย
แต่นั่นก็ไม่ใช่เรื่องที่ถูกต้อง เพราะตอนที่สูบบุหรี่นั้นควันของบุหรี่ก็จะไปทำอันตรายต่อผู้อื่นได้
แม้ว่าจะทำกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ที่ต่าง ๆ อย่างเช่น บริษัท ร้านอาหาร รถประจำทาง
หรือบนรถไฟ แต่ก็ไม่สามารถบังคับทุกคนได้ นอกจากนี้ บุหรี่ก็มีราคาแพง
ต้องเสียเงินมากในการซื้อ

วัยรุ่นส่วนใหญ่จะคิดว่าการสูบบุหรี่เป็นแฟชั่นอย่างหนึ่ง ถ้าอยากเป็นผู้ใหญ่ก็ต้องสูบบุหรี่
นั่นเป็นค่านิยมที่ไม่ถูกต้อง ผู้ใหญ่ควรจะเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับวัยรุ่น

นอกจากนี้ คนที่สูบบุหรี่ยังจะถูกผู้อื่นรังเกียจ แล้วยังทำให้เป็นโรคมะเร็งได้อีก
มีคนคิดว่าสูบบุหรี่เพื่อคลายเครียด แต่วิธีคลายเครียดอื่น ๆ นั้นยังมีอีกมาก เช่น เล่นกีฬา
ดูทีวี หรือพักผ่อนสบายๆ การเลิกสูบบุหรี่นั้นอาจจะยาก แต่ถ้าพยายามแล้วก็จะเลิกบุหรี่ได้

ฉะนั้น เพื่อสุขภาพที่ดีของตัวเองมาเลิกสูบบุหรี่กันตั้งแต่วันนี้เถอะ