

BAHAYA rokok elektronik sama dengan rokok tembakau dari segi penggunaan nikotin yang terdapat dalam kedua-dua rokok.



ASAP nikotin memberi kesan lebih kuat terhadap perokok pasif cilik sehingga menyebabkan mereka menghidap lelah.

Rokok elektronik tiba-tiba menjadi fenomena baharu dalam kalangan perokok. Ia didakwa mampu mengurangkan masalah ketagihan ke atas rokok sebenar,

# Rokok elektronik bukan penyelesaian ketagihan



KEPEKATAN nikotin tanpa piawaian dalam rokok elektronik boleh menyempitkan saluran darah sehingga mengakibatkan strok.

25/4/13 KASMO  
MS 22

walaupun hakikatnya rokok elektronik mungkin mendatangkan bahaya yang jauh lebih besar.

**ROKOK elektronik tidak dapat membantu perokok untuk berhenti merokok.**



**S**UDAH bertahun Khairul Hanafi Othman, 32, cuba mencari solusi untuk menghentikan ketagihan merokok yang dialaminya sejak 11 tahun lalu. Masalah ketagihan merokok berlarutan sehinggalah tahun lalu, anak kelahiran Temerloh, Pahang itu mendapat perkhabaran mengenai kesihatan anak keduanya, Nur Salina yang berusia empat tahun menghidap penyakit lelah.

"Ketika menerima berita itu, saya merasa sangat bersalah kerana menjadi faktor utama kepada penyakit dialami Nur Salina," luah Khairul Hanafi yang bekerja dalam sektor awam ketika ditemui oleh *Kosmo!* baru-baru ini.

Masalah seperti anak Khairul Hanafi sering berlaku kepada kebanyakan perokok pasif. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), perokok pasif tidak merokok, tetapi terdedah kepada asap rokok sekurang-kurangnya 15 minit dalam masa dua hari untuk tempoh seminggu.

Perokok pasif mempunyai risiko 30 peratus lebih tinggi untuk mendapat kanser paru-paru dan 25 peratus lebih tinggi mendapat penyakit jantung. Kanak-kanak adalah lebih mudah mendapat asma akibat asap rokok. Selain itu,



Oleh **MOHAMMAD HAFIZ AHMAD**  
rencana@kosmo.com.my

pertumbuhan paru-paru mereka akan terganggu dan menyebabkan otak menjadi lembab.

Selepas berkahwin, Khairul Hanafi pernah berhenti terus daripada merokok, tetapi hanya bertahan selama tiga bulan. Dia tidak mampu menahan diri dengan bau asap rokok daripada orang sekelilingnya.

"Sejak akhir tahun lepas saya mencuba sekali lagi, namun kali ini tidak seperti dahulu iaitu berhenti serta-merta," ujarinya.

Sebagai langkah permulaan, dia menggunakan rokok elektronik yang dibelinya pada harga RM250 di sebuah pusat beli-belah sekitar ibu kota.

"Seorang rakan memperkenalkan rokok tersebut kepada saya dan mengatakan ia mampu membantu perokok tegar untuk berhenti secara berkala," tambah Khairul.

Alat rokok elektronik terdiri daripada tiga komponen iaitu alat pengewapan (atomizer) yang lazimnya diklasifikasikan sebagai alat elektronik, bateri dan katrij boleh ganti mengandungi cecair nikotin.

Walaupun mula menunjukkan perubahan positif dari segi pengambilan rokok tembakau, Khairul Hanafi dirundung dengan masalah



**ABDUL RAZAK**

Proses untuk berhenti merokok adalah sangat kompleks. Perokok tidak hanya diberikan ubat-ubatan kerana pada masa sama, mereka perlu melalui beberapa peringkat sebelum dapat berhenti dengan baik. Antaranya, mereka akan diberikan kaunseling, pengetahuan mengenai tabiat dan kandungan rokok selain membuat lawatan lanjutan sepanjang proses itu

**- ABDUL RAZAK**

◀ baharu apabila anak penyakit lelah anaknya bertambah kronik.

"Selepas bertemu dengan doktor, barulah saya mengetahui bahawa rokok elektronik itu juga menjadi punca kepada masalah lelah Nur Salina," jelasnya.

## Sakit dada

Berada dalam yang hampir sama dengan Khairul Hanafi, Amir Hidayat Sulaiman, 38, berhenti menggunakan rokok elektronik sejak dua bulan lepas. Niat untuk berhenti merokok tidak kesampaian apabila masih merokok dalam kuantiti yang banyak.

Dia beralih menggunakan rokok elektronik selepas percubaan mengambil gula getah nikotin selama empat bulan menemui jalan buntu.

"Saya mengambil rokok elektronik kerana terikut-ikut dengan kawan sepejabat yang juga penjual rokok itu," ujar Amir Hidayat ketika diwawancara *Kosmo!* di sebuah restoran makanan segera di KL Sentral.

Eksekutif muda di syarikat hartanah itu berkata, tiada perbezaan dari sudut kesihatan jika dibandingkan dengan rokok tembakau. Amir Hidayat masih lagi mengalami sakit dada sama seperti ketika dia mengambil rokok tembakau.

Menurut Amir Hidayat, salah satu puncanya adalah pengambilan nikotin yang disedut daripada rokok elektronik.

Terdapat pelbagai jenis perisa dan aroma cecair nikotin untuk rokok elektronik yang dijual di pasaran.



**PENJUALAN** rokok elektronik semakin berleluasa di sekitar ibu kota apabila pembeli boleh mendapatkannya dengan mudah dan murah.

*Kosmo 25/4/13 MS 23*

Pengguna rokok elektronik, terutamanya golongan muda, sering tertipu dengan cecair nikotin yang dibeli pada harga murah di pasar-pasar malam atau secara individu.

Dipasaran rokok elektronik biasanya dijual pada harga antara RM100 hingga RM500. Rokok elektronik yang murah biasanya dibawa dari China manakala rokok elektronik mahal dari Amerika Syarikat.

Harga untuk sebotol nikotin yang boleh bertahan antara seminggu hingga dua minggu pula sekitar RM10 hingga RM15.

## Kepekatan nikotin

Pengarah Institut Perubatan Pernafasan Hospital Kuala Lumpur, Datuk Dr. Abdul Razak Abdul Muttalif berkata, nikotin yang terdapat dalam rokok elektronik adalah sama dengan rokok tembakau.

"Namun begitu, kepekatan nikotin dalam cecair rokok elektronik tidak dapat ditentukan dengan pasti kerana kajian telah menunjukkan kekuatannya tidak mengikut seperti yang dilabelkan," ujarnya ketika dihubungi *Kosmo!* baru-baru ini.

Andaian bahawa rokok elektronik dapat membantu mengurangkan ketagihan perokok adalah tersasar sama sekali. Tambah Abdul Razak, mereka

sepatutnya berjumpa dengan doktor berkelayakan dan mempunyai semangat motivasi yang tinggi untuk berhenti merokok.

"Proses untuk berhenti merokok adalah sangat kompleks. Perokok tidak hanya diberikan ubat-ubatan kerana pada masa sama, mereka perlu melalui beberapa peringkat sebelum dapat berhenti dengan baik.

"Antaranya mereka akan diberikan kaunseling, pengetahuan mengenai tabiat dan kandungan rokok selain membuat lawatan lanjut sepanjang proses itu," jelas Abdul Razak.

Mereka akan dibekalkan ubat-ubatan seperti varenicline yang membantu mengurangkan masalah ketagihan.

"Ubat-ubatan yang diberikan boleh membantu perokok antara 40 peratus hingga 50 peratus jika mengikut prosedur yang ditetapkan oleh doktor.

"Mereka mampu berhenti merokok dalam masa enam bulan atau lebih sekiranya bersungguh-sungguh. Malah, hampir 40 peratus pesakit telah berjaya berhenti secara tetap setakat ini," kata Abdul Razak.

Kementerian Kesihatan Malaysia sememangnya menawarkan Perkhidmatan Berhenti Merokok di semua hospital kerajaan dan klinik-klinik kesihatan bagi rawatan ketagihan nikotin.

Mengulas mengenai kaedah berhenti merokok, Pengarah Kawalan Penyakit, Kementerian Kesihatan Malaysia, Dr. Chong Chee Kheong, berkata, perokok pada kebiasaannya akan diberi ubat-ubat Nicotine Replacement Therapy (NRT) yang dapat membantu masalah ketagihan mereka.

"Ubat-ubat NRT bertindak dengan cara mengurangkan kesan sampingan yang dialami perokok akibat pemberhentian merokok.

"Pemberian ubat tersebut dilakukan secara berperingkat sehingga individu tersebut bebas daripada ketagihan nikotin," jelasnya.

Ubat-ubatan NRT yang sah terjual di Malaysia adalah selamat digunakan kerana ia menjalani ujian klinikal bagi mengenal pasti keselamatan dan keberkesannya. Penggunaan ubat tersebut juga mendapat kelulusan daripada Biro Pengawasan Farmaseutikal Kebangsaan, Kementerian Kesihatan Malaysia.

## Info



**1)** Selepas idea mencipta rokok elektronik gagal direalisasikan oleh Herbert A. Gilbert, seorang ahli farmasi dari China berjaya menginovasi rokok itu pada tahun 2003 menggunakan konsep sama dan mula memasarkannya dua tahun kemudian.

**2)** Terdapat penjual rokok elektronik yang menambah bahan alkohol dan dadah terlarang bagi memberikan rasa khayal kepada pengguna.

**3)** Jumlah nikotin antara enam hingga lapan miligram (mg) dalam setiap satu mililiter (ml) cecair yang dilabelkan berkepekatan rendah. Ada juga yang mencecah 16 hingga 36 mg/ml kepekatan.

**4)** Jika 60 mg nikotin diserap dalam darah, ia meningkatkan beberapa kali ganda serangan penyakit strok dan barah paru-paru. Jumlah itu bersamaan dengan 30 hingga 40 batang rokok.

**5)** Di Malaysia kebanyakan rokok elektronik dibawa masuk dari China dan Amerika Syarikat.



**TERDAPAT** pelbagai perisa nikotin di pasaran tetapi tahap kekuatannya tidak dapat dipastikan.

**PECAHAN** rokok elektronik yang terdiri daripada katrij boleh ganti, bateri dan alat pengewapan.

Alat pengewapan

Katrij

Bateri



# Nikotin boleh **sebabkan mati pucuk**

KEBERKESANAN rokok elektronik sebagai alat bantuan berhenti merokok masih belum disahkan, manakala keselamatan cecair nikotin rokok itu juga agak meragukan.

Kenyataan tersebut telah dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia dengan merujuk nasihat teknikal daripada Pertubuhan Kesihatan Dunia (WHO).

Kajian Pentadbiran Makanan dan Dadah Amerika Syarikat (USFDA) pada tahun 2009 menunjukkan cecair rokok elektronik dikesan mengandungi bahan-bahan kimia merbahaya seperti nikotin, diethylene glycol beracun dan tobacco specific nitrosamine yang boleh menyebabkan kanser.

Nikotin merupakan bahan racun yang dikawal di bawah Akta Racun 1952. Penggunaannya hanya dikecualikan untuk rokok atau produk

tembakau. Penjualan nikotin hanya boleh dibuat melalui ahli farmasi berlesen dan pengamal perubatan berdaftar.

Pengambilan nikotin berlebihan boleh menyebabkan keracunan akut. Ia turut diakui oleh WHO yang menyatakan kemasukan nikotin secara terus ke dalam paru-paru berkemungkinan boleh memberi kesan keracunan dan ketagihan.

Ia juga boleh menyebabkan saluran darah ke zakar menjadi sempit dan mengakibatkan berlakunya masalah mati pucuk. Efek daripada penggunaan nikotin boleh merosakkan saluran darah. Dinding saluran darah akan menjadi tebal dan sempit yang

akhirnya menyebabkan seseorang mendapat penyakit strok.

Ketua Pengarah Kesihatan, Datuk Dr. Noor Hisham Abdullah berkata,



NOOR HISHAM

pengedaran dan pembekalan cecair nikotin rokok elektronik memerlukan pendaftaran dan kelulusan daripada Biro Pengawasan Farmaseutikal Kebangsaan, Kementerian Kesihatan Malaysia.

“Jika terdapat penjual haram, mereka boleh dihukum denda tidak melebihi RM3,000 atau penjara tidak melebihi satu tahun atau kedua-duanya sekali di bawah akta racun,” ujar ketika dihubungi *Kosmo!* baru-baru ini.

Selain itu, pengedar tanpa kebenaran boleh dihukum denda tidak

melebihi RM25,000 atau penjara tidak melebihi tiga tahun atau kedua-duanya sekali di bawah Peraturan-Peraturan Kawalan Dadah dan Kosmetik 1984.

Kementerian Kesihatan Malaysia juga sedang mengkaji peruntukan undang-undang berkenaan, malah penggunaan dan penjualan untuk remaja berumur di bawah 18 tahun mungkin diharamkan.

Setakat ini, Bahagian Penguatkuasaan Farmasi, Kementerian Kesihatan Malaysia telah mengawal pengimportan rokok elektronik dengan melakukan tindakan penyitaan di pintu-pintu masuk negara seperti di Selangor, Pulau Pinang, Johor dan Sarawak.

Sehingga Januari 2013, sejumlah 26 set rokok elektronik dan 9,116 botol cecair telah dirampas dengan nilai rampasan berjumlah RM40,228.