

## Vape Bukan Alternatif Terbaik Menghentikan Tabiat Merokok



Oleh: Muhammad Hilmi Bin Jamal

*Universiti Sains Islam Malaysia*

*Diterbitkan pada 8 Julai 2021*

Rokok elektronik atau *vape* menggunakan pengewap (*vaporizer*) berkuasa bateri untuk menghasilkan aerosol daripada cecair berperisa khas yang disedut penggunaanya bagi mendapatkan rasa seakan-akan rokok walaupun tanpa membakar tembakau.

Amalan ini mungkin lebih selamat berbanding merokok. Namun, kesan yang terhasil tidak nampak begitu jelas jika dibandingkan dengan langkah berhenti merokok.

Perkataan *vape* berasal daripada perkataan Inggeris untuk *vaporizer* iaitu alat yang digunakan untuk menghisap ganja, tembakau dan campuran rokok.

Pada dasarnya, *vape* atau e-rokok adalah sejenis alat penghantaran nikotin elektronik. Rokok jenis ini terkenal kerana dapat membantu perokok memulakan langkah menghentikan tabiat itu.

Walau bagaimanapun, e-rokok sudah menjadi trend semasa dalam kalangan masyarakat tanpa mengira had umur. Aliran semasa penggunaan e-rokok disebarkan secara meluas melalui media sosial.

Adalah mudah untuk mendapatkan alat *vape* dan cecair isian semula, baik daripada penjual di tepi jalan mahupun pembelian secara dalam talian serta kewujudan kafe bertemakan *vape*.

*Vape* didapati dalam pelbagai reka bentuk seperti bentuk konvensional, seakan-akan alat bas bersiri sejagat (USB) dan jam tangan.

Taktik ini bukan saja menarik minat perokok tegar, malah golongan yang tidak pernah merokok sebelum ini termasuk wanita dan remaja juga ingin mencuba.

Situasi ini lebih membimbangkan apabila penggunaan e-rokok mula meningkat dalam kalangan kanak-kanak. Reka bentuk seperti USB dan jam tangan membolehkan e-rokok diseludup serta menyukarkan pihak sekolah mengesannya.

Tambahan pula, cecair e-rokok yang disediakan dalam pelbagai perisa dan botol yang berwarna-warni bukan sahaja menarik perhatian orang dewasa, malah remaja dan lebih menggusarkan, kanak-kanak.



Antara contoh peranti e-rokok mengikut peredaran masa. Sumber: Google

Walaupun e-rokok adalah salah satu alternatif bagi perokok untuk berhenti merokok, ia juga mempunyai kesan buruk terhadap kesihatan.

Bahaya rokok tembakau adalah asap manakala e-rokok tidak membakar tembakau sehingga tidak menghasilkan asap melainkan wap air.

Sebahagian kecil kandungan bahan kimia berbahaya dalam e-rokok adalah sama dengan rokok tembakau.

Contohnya, e-rokok juga mengandungi nikotin yang merupakan salah satu bahan yang menyebabkan ketagihan yang juga terdapat dalam rokok tembakau.

Mereka yang cuba berhenti menggunakannya pasti berdepan masalah ketagihan atau gilan justeru mudah berasa marah, murung, bosan, cemas, dan gelisah.

Ini bermaksud bahawa penggunaan rokok elektronik dan rokok tembakau boleh memberi kesan negatif kepada kesihatan kita, sama ada bagi jangka pendek atau jangka panjang.

Selain membahayakan kesihatan, *vape* juga boleh meletup. Hal ini kerana proses pengewapan yang dihasilkan adalah melalui tenaga elektrik.

Arus elektrik dari bateri juga berisiko untuk meletup atau terbakar. Beberapa insiden letupan berkaitan e-rokok telah menyebabkan kecederaan yang serius.

Dalam laporan Berita Harian Online ada dinyatakan bahawa seorang pengguna vape terpaksa menerima enam jahitan di bibir selepas alat itu meletup ketika hendak disedut.

Bateri e-rokok boleh meletup pada bila-bila masa dan di mana-mana sahaja. E-rokok juga boleh meletup ketika disimpan di dalam poket seluar.

Hakikatnya, tiada istilah 'lebih selamat' jika ingin dibandingkan antara rokok tembakau dan rokok elektronik.

Bagi perokok yang ingin berhenti merokok disarankan supaya mendapatkan khidmat nasihat daripada doktor dan ahli farmasi bertauliah.

Kementerian Kesihatan Malaysia menyediakan perkhidmatan Klinik Berhenti Merokok (KBM) di hospital dan kebanyakan klinik kesihatan kerajaan.

Yang lebih penting, penggunaan vape tidak seharusnya dijadikan sebagai jalan mudah untuk membuang tabiat merokok yang tidak berfaedah dan menjejaskan kesihatan manusia.