# ការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច៖ ធនធានណែនាំសម្រាប់សាលារៀន និងគ្រូបង្រៀន

សាលារៀនមានតួនាទីសំខាន់ក្នុងការផ្ដល់បរិស្ថានការពារ និងអប់រំដល់កុមារ និងមនុស្សវ័យក្មេង
ប្រឆាំងទល់នឹងផលប៉ះពាល់ដែលមានគ្រោះថ្នាក់នៃការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារី អេឡិចត្រូនិច។

## ការពិតអំពីការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច

### តើអ្វីជាការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច?

ការជក់គឺជាការអនុវត្តមួយដែលសារធាតុត្រូវបានដុត បង្កើតជាផ្សែងដែលបឺតចូលទៅក្នុងសួត។

ការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច គឺជាដំណើរការដែលវត្ថុរាវត្រូវបានដុតកម្ដៅ បង្កើតជាចំហាយដែល បឺតចូល ទៅក្នុងសួត។
ទាំងការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច ពាក់ព័ន្ធនឹងការហិតសារធាតុគីមីចូលទៅ ក្នុងសួត
ដែលអាចធ្វើឱ្យគ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាពរបស់អ្នក។

បារីអេឡិចត្រូនិក ក៏ត្រូវបានគេស្គាល់ថា ‘ឧបករណ៍ជក់បារីអេឡិកត្រូនិក’ គឺជាឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិកដែល ដុតកម្ដៅវត្ថុរាវ
(ឬ ‘វត្ថុរាវ’) ដើម្បីបង្កើតសារធាតុអេរ៉ូសូលដែលអ្នកប្រើប្រាស់ហិតចូល។ ការប្រើបារីអេឡិចត្រូនិក ជាទូទៅត្រូវបានគេហៅថា
‘ការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច’។ បារីអេឡិចត្រូនិកមានជាទម្រង់ និង ទំហំគ្រប់ទាំងអស់ ហើយអាចមើលទៅដូចជាដែកកេះ ប៊ិច ឬ USB។[[1]](#footnote-2)

### តើមានអ្វីនៅក្នុងបារីអេឡិចត្រូនិក?

មិនមានស្តង់ដារគុណភាព ឬសុវត្ថិភាពសម្រាប់បារីអេឡិចត្រូនិក ឬវត្ថុរាវនានាដែលប្រើនៅក្នុងបារី អេឡិចត្រូនិកទេ
មានន័យការផលិត សារធាតុ និងការដាក់ស្លាករបស់វាមិនត្រូវបានធ្វើនិយ័តកម្មទេ។

បារីអេឡិចត្រូនិកភាគច្រើនមាន [សារធាតុនីកូទីន ដែលមានគ្រោះថ្នាក់ និងធ្វើឱ្យញៀន](https://www.tobaccoinaustralia.org.au/chapter-18-harm-reduction/indepth-18b-e-cigarettes/18b-0-introduction)។ បារីអេឡិចត្រូនិក
និងវត្ថុរាវអេឡិចត្រូនិកភាគច្រើន ដែលត្រូវបានដាក់ស្លាកថាមិនមានសារធាតុនីកូទីន គឺពិតជាមាន សារធាតុនីកូទីន។[[2]](#footnote-3)
[សារធាតុមានគ្រោះថ្នាក់](https://www.health.gov.au/health-topics/smoking-and-tobacco/about-smoking-and-tobacco/about-e-cigarettes#:~:text=Hazardous%20substances%20have%20been%20found,can%20also%20cause%20DNA%20damage) រួមមានភ្នាក់ងារដែលមានសារធាតុលោហៈច្រើន និងបណ្ដាល ឱ្យកើតជំងឺមហារីក
ត្រូវបានគេរកឃើញនៅក្នុងសារធាតុអេរ៉ូសូលដែលផលិតដោយបារីអេឡិចត្រូនិក។

### របៀបដែលការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច ប៉ះពាល់ដល់រាងកាយរបស់កុមារ

ការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិចអាចបណ្ដាលឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងក្នុងរយៈពេលខ្លី និងរយៈពេលវែង
សូម្បីតែបារីអេឡិចត្រូនិកមិនមានសារធាតុនីកូនទីនត្រូវបានប្រើក៏ដោយ។

* ផលប៉ះពាល់រយៈពេលខ្លី រួមមានការក្អួត ការចង្អោរ ក្អក ដង្ហើមខ្លី ការរក្រហាយមាត់ និងជំងឺមហារីក
* ផលប៉ះពាល់រយៈពេលវែង រួមមានការខូចសួត ជំងឺបេះដូង និងជំងឺមហារីក

បារីអេឡិចត្រូនិកមិនមានវត្តមានរយៈពេលវែងគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីឱ្យគេថាតើវាបង្កជំជំងឺផ្សេងទៀតឬអត់
ប៉ុន្តែអ្នកជំនាញនានាគិតថាវាទំនងជាបណ្ដាលឱ្យកើតជំងឺមហារីកសួត និងជំងឺមហារីកមាត់។

ការប៉ះពាល់សារធាតុនីកូទីនក្នុងអំឡុងវ័យជំទង់អាចធ្វើឱ្យគ្រោះថ្នាក់ដល់ការវិវឌ្ឍខួរក្បាល និងនាំឱ្យ
មានហានិភ័យនៃការញៀនកាន់តែខ្ពស់។[[3]](#footnote-4) [[4]](#footnote-5) សារធាតុនីកូទីន គឺជាសារធាតុពុលមួយ ហើយអាចធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺ
ប្រសិនបើវាត្រូវបានលេបចូលដោយចៃដន្យ។ សារធាតុនីកូទីនអាចបណ្ដាលឱ្យស្លាប់ចំពោះកុមារតូចៗ។

កុមារដែលប្រើបារីអេឡិចត្រូនិក ទំនងជាមានច្រើនជាងបីដងចូលទៅរកការជក់បារី។ ក៏មានករណីការផ្ទុះបារីអេឡិចត្រូនិក និងការបង្កអគ្គិភ័យផងដែរ។

## ច្បាប់ស្ដីពីការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច

### ការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច ត្រូវបានហាមឃាត់នៅក្នុង និងនៅជុំវិញសាលារៀន។

*ច្បាប់ថ្នាំជក់ ឆ្នាំ 1987* (ច្បាប់ថ្នាំជក់) ហាមឃាត់ការជក់បារី ឬការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិចនៅលើ បរិវេណសាលារៀន
ឬនៅក្នុងចម្ងាយ 4 ម៉ែត្រពីចំណុចចូលរបស់អ្នកថ្មើរជើងទៅកាន់បរិវេណសាលារៀន។

ការហាមឃាត់ការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិចអនុវត្តចំពោះ៖

* អ្នកណាម្នាក់ដែលមានវត្តមាននៅលើបរិវេណសាលារៀន និងនៅក្រៅម៉ោងសាលា រួមមានសិស្ស គ្រូបង្រៀន អ្នកជាប់កិច្ចសន្យា ឪពុកម្ដាយ ឬអ្នកថែទាំ ឬសហគមន៍ទូលំទូលាយ ដូចជាក្រុមកីឡានានា
* សកម្មភាពទាំងអស់ដែលកើតឡើងនៅលើបរិវេណសាលារៀន រួមមាននៅមុនសាលាមត្តេយ្យ នៅសាលាមត្តេយ្យ
នៅក្រៅម៉ោងថែទាំនៅសាលារៀន សកម្មភាពកីឡា ឬសកម្មភាពកម្សាន្ត និងការប្រារព្ធពិធីនានានៅសាលារៀន។

ការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិចក៏មិនត្រូវបានអនុញ្ញាតផងដែរ នៅឯព្រឹត្តិការណ៍នានា នៅសាលារៀន
និងដំណើរកម្សាន្តជាក្រុម ដែលបានធ្វើនៅក្រៅបរិវេណសាលារៀន។

### ច្បាប់សុខភាព និងកន្លែងលក់រាយ

ច្បាប់ថ្នាំជក់ ធ្វើនិយ័តកម្មលើបុគ្គលនានាដែលអាចជក់បារី ឬស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច ក៏ដូចជាការលក់
និងការផ្សាយពាណិជ្ជកម្មបារី និងផលិតផលបារីអេឡិចត្រូនិក។ វា ខុសច្បាប់សម្រាប់អ្នកម្នាក់ដែល៖

* លក់ ដោះដូរជាទំនិញ ឬផ្ដោះប្ដូរប្រភេទនៃថ្នាំជក់ ឬផលិតផលបារីអេឡិចត្រូនិកណាមួយដល់មនុស្សដែលមានអាយុក្រោម
18 ឆ្នាំ។
* កាន់កាប់បារីអេឡិចត្រូនិកដែលមានសារធាតុអេកូទីន លុះត្រាតែពួកគេមានវេជ្ជបញ្ជារបស់វេជ្ជបណ្ឌិត។
* ជក់បារី ឬស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិចនៅក្នុងយានជំនិះ ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់មានអាយុក្រោម 18 ឆ្នាំ
ក៏មានវត្តមាននៅក្នុងយានជំនិះផងដែរ។

ព័ត៌មានអំពីអ្នកលក់រាយដែលលក់ផលិតផលបារីអេឡិចត្រូនិកទៅឱ្យអនីតិជន គួរតែបានរាយការណ៍ទៅ
សាលាសង្កាត់នៅតាមតំបន់។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីច្បាប់ថ្នាំជក់ សូមទៅកាន់គេហទំព័រ [www.legislation.vic.gov.au/in-force/acts/tobacco-act-1987/095](http://www.legislation.vic.gov.au/in-force/acts/tobacco-act-1987/095)

## កាតព្វកិច្ចសាលារៀន

គោលនយោបាយសម្រាប់សិស្សទាក់ទងនឹងគ្រឿងស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនផ្សេងទៀតរបស់ [ក្រសួងអប់រំ និងបណ្ដុះបណ្ដាល](https://www2.education.vic.gov.au/pal/alcohol-and-other-drugs-students/policy)
ផ្ដល់ព័ត៌មានដល់សាលារៀននានាស្ដីពីវិធីសាស្ត្រសាលាទាំងមូល ដើម្បីកាត់បន្ថយការប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹង និងគ្រៀងញៀន។

នៅក្រោមគោលនយោបាយនេះ សាលារៀនត្រូវតែ៖

* មិនអនុញ្ញាតឱ្យសិស្សកាន់កាប់ ប្រើប្រាស់ ឬលក់គ្រឿងស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនផ្សេងទៀតនៅលើបរិវេណសាលារៀន
ឬនៅកន្លែងបោះជំរំ ឬការកម្សាន្តជាក្រុម។
* គ្រប់គ្រង និងរាយការណ៍ឧប្បត្តិហេតុគ្រឿងស្រវឹង និងឧប្បត្តិហេតុទាក់ទងនឹងគ្រឿងញៀនផ្សេងទៀត
ស្របតាមគោលការណ៍ស្ដីពីការរាយការណ៍ និងការគ្រប់គ្រងលើឧប្បត្តិហេតុនៅសាលារៀន (រួមមានភាពអាសន្ន)
និងស្របតាមនីតិវិធីនានាដែលបានចែងនៅក្នុងគោលការណ៍នេះ
* ចាត់វិធានការសមស្របដូចបានពណ៌នានៅក្នុងគោលការណ៍សិស្សទាក់ទងនឹងគ្រឿងស្រវឹង
និងគ្រឿងញៀនផ្សេងទៀតរបស់ក្រសួង។
* ពិចារណាលើការគាំទ្រសុខភាព និងសុខុមាលភាពសម្រាប់សិស្ស នៅមុនវិធានការដាក់ពិន័យ
និងធានាថាសិស្សទទួលបានការចូលប្រើប្រាស់ការគាំទ្រជាបន្ទាន់ និងជាបន្ត ចំពោះបញ្ហា ប្រើប្រាស់សារធាតុណាមួយ។

## ធនធានទាក់ទងនឹងការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច សម្រាប់សាលារៀននានា

### ធនធានស្ដីពីគោលការណ៍ក្រសួង

**គោលការណ៍ហាមឃាត់លើការជក់បារី និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិចរបស់ DET**

គោលការណ៍នេះបញ្ជាក់ពីច្បាប់ និងគោលការណ៍ទាក់ទងនឹងការជក់បារី រួមមានការប្រើប្រាស់បារី
អេឡិចត្រូនិកនៅទីធ្លាសាលារៀន។ វារួមមានសន្លឹកព័ត៌មានជាគំរូ ដែលរៀបរាប់ជាពាក្យពេចន៍ដើម្បីជួយ
ដល់សាលារៀននានាក្នុងការធ្វើទំនាក់ទំនងទាក់ទងនឹងការហាមឃាត់លើការជក់បារី។ សូមអានគោលការណ៍នេះនៅឯ [www2.education.vic.gov.au/pal/smoking-vaping-ban](https://www2.education.vic.gov.au/pal/smoking-vaping-ban)

**គោលការណ៍សិស្សទាក់ទងនឹងគ្រឿងស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនផ្សេងទៀត**

ផ្ដល់ដល់សាលារៀននានានូវព័ត៌មានស្ដីពីការគាំទ្រវិធីសាស្ត្រសាលារៀនទាំងមូល ដើម្បីកាត់បន្ថយ ការប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹង
និងគ្រឿងញៀន។ សូមអានគោលការណ៍នេះនៅឯ [www2.education.vic.gov.au/pal/alcohol-and-other-drugs-students](https://www2.education.vic.gov.au/pal/alcohol-and-other-drugs-students)

### ធនធានសម្រាប់ការបង្រៀន និងការរៀនសូត្រ

**កម្មវិធីត្រៀមរួចជាស្រេច (Get Ready)**បណ្ដុំនៃសកម្មភាពបង្រៀន និងរៀនសូត្រ សម្រាប់សិស្សថ្នាក់ទី 7-9។ វាជាកម្មវិធីអប់រំស្ដីពីគ្រឿងស្រវឹង
និងគ្រឿងញៀនដោយផ្អែកលើភស្តុតាង ដោយមានមេរៀនជាក់លាក់និយាយអំពីការជក់បារី។

[www.education.vic.gov.au/school/teachers/teachingresources/discipline/physed/Pages/drugedulea
rn.aspx](http://www.education.vic.gov.au/school/teachers/teachingresources/discipline/physed/Pages/drugedulearn.aspx)

**កម្មវិធីសមិទ្ធផលសាលារៀនប្រកបដោយសុខភាពល្អ (Healthy Schools Achievement Program)**

កម្មវិធីសមិទ្ធផលនេះផ្ដល់ក្របខ័ណ្ឌសាលារៀនទាំងមូលសម្រាប់សុខភាព និងសុខុមាលភាព។
វារួមបញ្ចូលនូវផ្នែកសុខភាពដែលបានយកចិត្តទុកដាក់លើថ្នាំជក់ គ្រឿងស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនផ្សេងទៀត។

<https://www.achievementprogram.health.vic.gov.au/education/schools>

**គោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់សាលារៀន៖ ការពាក់ព័ន្ធរបស់ឪពុកម្ដាយនៅក្នុងការអប់រំអំពីគ្រឿងញៀន។**

ធនធាន និងគំរូនានាដើម្បីជួយដល់ឪពុកម្ដាយ និងអ្នកថែទាំដែលចូលរួមក្នុងការអប់រំអំពីគ្រឿងញៀន។

www.education.vic.gov.au/school/teachers/teachingresources/discipline/physed/Pages/drugeduengage

**ជម្រើសជាវិជ្ជមាន (Positive Choices)**
កម្មវិធីទប់ស្កាត់គ្រឿងញៀន និងធនធានអប់រំ សម្រាប់សលារៀនដែលបានបង្កើតឡើងដោយសកលវិទ្យាល័យ ស៊ីដនីយ៍។
រួមមានកូនសៀវភៅស្ដីពីគ្រឿងញៀន និងគ្រឿងស្រវឹងសម្រាប់ឪពុកម្ដាយ គ្រូបង្រៀន និងសិស្ស ដែលនិយាយអំពីបារីអេឡិចត្រូនិក និងការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច សន្លឹកព័ត៌មានស្ដីពីបារីអេឡិចត្រូនិក និងសិក្ខាសាលាតាមអ៊ីនធឺណិត។

<https://positivechoices.org.au/drugs-a-z/tobacco>

### ធនធានលើកកម្ពស់សុខភាព

**Quit Victoria (ផ្តាច់បារី រដ្ឋវិចថូរៀ)**ផ្ដល់ជូននូវធនធាន ព័ត៌មាន និងការគាំទ្រសម្រាប់មនុស្សឱ្យផ្តាច់បារី និងផ្តាច់បារីអេឡិចត្រូនិច
ក៏ដូចជាសន្លឹកព័ត៌មាននានាសម្រាប់ឪពុកម្ដាយ និងកុមារ។ [www.quit.org.au/articles/teenvaping](http://www.quit.org.au/articles/teenvaping)

**មន្ទីរពេទ្យកុមារ (Royal Children’s Hospital)**

សន្លឹកព័ត៌មានអំពីបារីអេឡិចត្រូនិក និងមនុស្សវ័យជំទង់ មានព័ត៌មានស្ដីពីរបៀបដើម្បីនិយាយជាមួយ
មនុស្សវ័យជំទង់អំពីហានិភ័យនៃការជក់បារីអេឡិចត្រូនិក និងវគ្គផតខាសស្ដីពីការស្រូបចំហាយ បារីអេឡិចត្រូនិច
ដែលបានបង្កើតឡើងដោយវេជ្ជបណ្ឌិតឯកទេសជំងឺកុមារ។ [www.rch.org.au/kidsinfo/fact\_sheets/E-cigarettes\_and\_teens](http://www.rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/E-cigarettes_and_teens)

**Better Health Channel (បណ្ដាញសុខភាពកាន់តែប្រសើរ )**

ព័ត៌មានស្ដីពីផលប៉ះពាល់សុខភាពនៃការជក់បារី យុទ្ធសាស្ត្រសម្រាប់ការផ្តាច់បារី ស្ថិតិ ច្បាប់ស្ដីពី ការជក់បារីរបស់រដ្ឋវិថូរៀ
គ្រោះថ្នាក់នៃបារីអេឡិចត្រូនិក វត្ថុរាវដែលប្រើនៅក្នុងបារីអេឡិចត្រូនិក និងគ្រោះថ្នាក់នៃការពុលដោយសារធាតុនីកូទីន។ [www.betterhealth.vic.gov.au/healthyliving/smoking-and-tobacco](http://www.betterhealth.vic.gov.au/healthyliving/smoking-and-tobacco)

**វីដេអូរបស់មន្ទីរពេទ្យកុមារ (Royal Children’s Hospital Video)**មានវីដេអូសមស្របសម្រាប់បុគ្គលិកសាលារៀន និងឪពុកម្ដាយ/អ្នកថែទាំ ស្ដីពីហានិភ័យសុខភាពនៃ ការប្រើប្រាស់បារីអេឡិចត្រូនិក។

www.rchpoll.org.au/polls/e-cigarettes-vaping-and-teens-do-parents-know-the-dangers/

**ក្រុមប្រឹក្សាជំងឺមហារីក៖ បារីអេឡិចត្រូនិក**

ព័ត៌មានស្ដីពីសុវត្ថិភាពនៃបារីអេឡិចត្រូនិក

[www.cancer.org.au/cancer-information/causes-and-prevention/smoking/e-cigarettes](http://www.cancer.org.au/cancer-information/causes-and-prevention/smoking/e-cigarettes)

**មូលនិធិគ្រឿងញៀនអូស្ត្រាលី៖ ការពិតអំពីសារធាតុនីកូទីន**

[adf.org.au/drug-facts/nicotine](https://adf.org.au/drug-facts/nicotine/)

### ការគាំទ្រពីក្រសួង

សាលារៀន និងផ្នែកសុខភាពជាមូលដ្ឋាន សុខុមាលភាព និងកម្លាំងការងាររួមបញ្ចូលគ្នា ក៏អាចជួយផ្ដល់ការគាំទ្រដល់សិស្សដែលជក់បារី ឬស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិចផងដែរ៖

* វេជ្ជបណ្ឌិតនៅក្នុងកម្មវិធីវិទ្យាល័យ
* កម្មវិធីថែទាំនៅវិទ្យាល័យ
* កម្មវិធីសេវាគាំទ្រដល់សិស្ស
* គ្រូពេទ្យសុខភាពផ្លូវចិត្តនៅតាមសាលារៀន
* មន្តី្រសុខុមាលភាពបឋម
* មន្ត្រីគាំទ្រការចូលរួមរបស់ជនដើម (Koorie)

សូមទាក់ទងការិយាល័យនៅតាមតំបន់មូលដ្ឋានរបស់អ្នក ដើម្បីភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយសេវាកម្មគាំទ្រ ទាំងនេះ។

### សេវាកម្មផ្ដល់ដំបូន្មាន

* **Quitline** ផ្ដល់ដំបូន្មាន និងការពិគ្រោះយោបល់ជាសម្ងាត់ រួមមានសម្រាប់កុមារ ចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 8 ល្ងាច ពីថ្ងៃចន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ។ ទូរសព្ទលេខ 13 78 48 ឬចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [www.quit.org.au](http://www.quit.org.au)
* **DirectLine** គឺជា សេវាកម្មផ្ដល់ដំបូន្មានស្ដីពីគ្រឿងស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនផ្សេងទៀតនៅ ទូទាំងរដ្ឋ
ផ្ដល់ជូនការពិគ្រោះយោបល់ជាសម្ងាត់ និងការបញ្ជូនបន្ត មាន 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ, 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្ដាហ៍។ ទូរសព្ទលេខ
1800 888 236 ឬចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [www.directline.org.au](http://www.directline.org.au)
* **អង្គការយុវជន ដំបូន្មានអំពីគ្រឿងញៀន និងគ្រឿងស្រវឹង (Youth, Drugs and Alcohol Advice)** ផ្ដល់ជូន
សេវាកម្មជាក់លាក់ដល់យុវជន ចាប់ពីម៉ោង 9 ព្រឹក ដល់ 8 ល្ងាច ពីថ្ងៃចន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ។ ទូរសព្ទលេខ 1800 458 685
* **មូលនិធិគ្រឿងស្រវឹង និងគ្រឿងញៀន** បណ្តាញទូរសព្ទផ្តល់ដំបូន្មានលេខ 1300 85 85 84
* **អង្គការ Headspace** ផ្ដល់ជូនការគាំទ្រសុខភាពតាមអនឡាញ តាមទូរសព្ទ និងជួបមុខផ្ទាល់ តាមរយៈមជ្ឈមណ្ឌល headspace។ ទៅកាន់ [www.headspace.org.au](http://www.headspace.org.au)
1. ប្រភព៖ [បារីអេឡិចត្រូនិក និងមនុស្សវ័យក្មេង៖ អ្វីខ្លះដែលអ្នកត្រូវដឹង (quit.org.au)](https://www.quit.org.au/articles/teenvaping/) [↑](#footnote-ref-2)
2. ប្រភព៖ [បារីអេឡិចត្រូនិក និងមនុស្សវ័យក្មេង៖ អ្វីខ្លះដែលអ្នកត្រូវដឹង (quit.org.au)](https://www.quit.org.au/articles/teenvaping/) [↑](#footnote-ref-3)
3. ប្រភព៖ [ការស្រូបចំហាយបារីអេឡិចត្រូនិច និងសុខភាពរបស់អ្នក (quit.org.au)](file:///C%3A/Users/08757128/Downloads/Quit_Infographic_Health_Risks_for_Teens_2021_xhYch5a.pdf) [↑](#footnote-ref-4)
4. ប្រភព៖ [ព័ត៌មានអំពីសុខភាពកុមារ៖ បារីអេឡិចត្រូនិក និងមនុស្សវ័យជំទង់ (rch.org.au)](https://www.rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/E-cigarettes_and_teens/#:~:text=Nicotine%20exposure%20during%20the%20teenage,on%20to%20use%20regular%20cigarettes.) [↑](#footnote-ref-5)