

# HOOKAH

là một loại tẩu nước dùng để hút thuốc lá có hương vị, cũng còn được gọi là shisha, thông qua nước làm mát.



Một lần hút hookah kéo dài **1 giờ** chứa lượng nhựa thuốc nhiều gấp **36 lần** so với một điếu thuốc lá.



Thuốc lá có hương **vị trong** Hookah đang **thu hút** rất nhiều giới trẻ và thanh niên.



Shisha là một loại thuốc lá dính, thường được ngâm trong mật ong hay mật đường. Shisha thảo dược cũng **độc hại** như shisha thuốc lá.



Hookah cũng có thể được hút theo dạng điện tử sử dụng **bút hookah** hay **e-hookah**, và những ảnh hưởng tới sức khỏe vẫn chưa được biết.



Khói hookah làm tăng **nguy cơ mắc những bệnh** như ung thư, tắc nghẽn động mạch, bệnh tim, bệnh phổi và các biến chứng khi mang thai.



Ngâm chung hookah làm tăng nguy cơ lây lan **các chứng bệnh truyền nhiễm** như ho lao, viêm gan, bệnh mụn rộp và bệnh cúm.

Hookah **KHÔNG PHẢI LÀ MỘT GIẢI PHÁP THAY THẾ AN TOÀN** cho thuốc lá điếu.



Tìm hiểu thêm và có sự hỗ trợ tại [MaineQuitLink.com](http://MaineQuitLink.com)