



東區尤德夫人那打素醫院
Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital

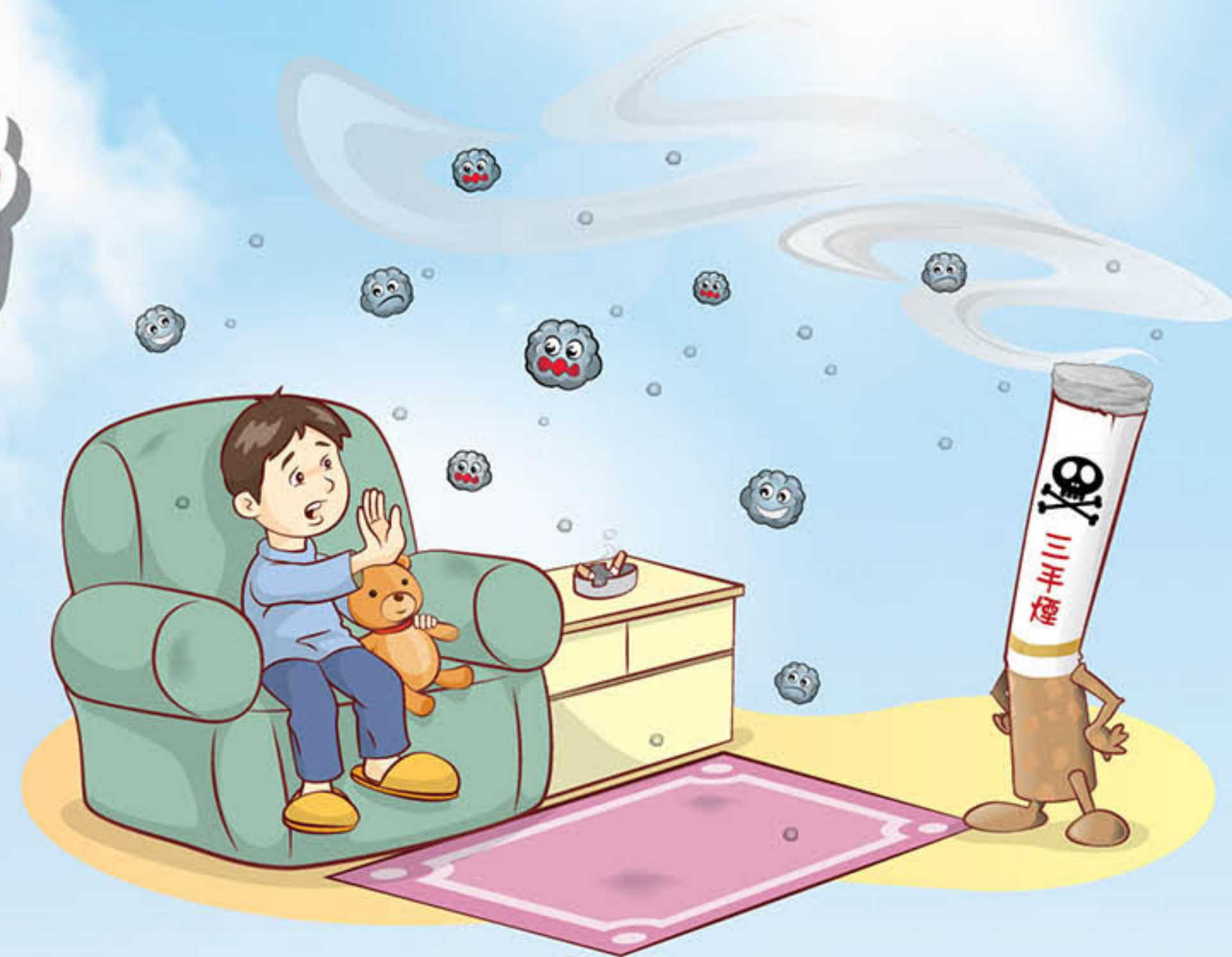


無煙新天地
Smoking Counselling & Cessation Centre

二手煙 潛藏的威脅

何謂二手煙？

二手煙是指煙草燃燒、熄滅後，以粒子形態依附在吸煙者的衣服、皮膚和頭髮，甚至依附在牆壁、傢俱、地毯、靠墊等的煙草殘餘有害化學物。



二手煙的禍害

- ◆ 煙草燃燒會釋放出7000多種有害物質及70多種致癌物質。
- ◆ 儘管家中吸煙者在戶外吸煙，那些凝結在物件表面的尼古丁有毒物質會隨著吸煙者身上四處傳播，可殘留數周甚至數月。即使吸煙時開啟抽氣扇和開窗，都無法消除二手煙的有毒物質。
- ◆ 殘留在物件表面的尼古丁可與空氣污染物亞硝酸會形成煙草特有的致癌物質－亞硝酸胺(TSNAs)。亞硝酸胺(TSNAs)主要是經由吸入塵埃、消化道吸收或透過皮膚接觸進入人體。嬰幼兒自我控制能力較低，時常吸吮手指，喜歡四處爬來爬去，容易把有毒物質吃下，因此二手煙特別危害嬰幼兒的健康。
- ◆ 即使勤於清潔和打掃，這些有害物質也不可輕易除去。
- ◆ 二手煙中的有害物質，對兒童神經系統的傷害遠超過成年人，能令兒童無法集中精神，認知能力出現缺陷，數學及閱讀能力下降，影響智力發展。
- ◆ 二手煙會引起嬰幼兒及兒童的呼吸系統問題，增加患上哮喘、呼吸道感染及中耳炎的風險。
- ◆ 有調查顯示，與吸煙者長期共同生活的人罹患肺癌的風險會提高25%。
- ◆ 即使孕婦不吸煙，如果長時間接觸到這些二手煙也會可能影響腹中胎兒的健康。

二手煙 其實與一手煙和二手煙無異，同樣會禍及自己和家人健康及影響子女的成長。



參考資料：• 香港吸煙與健康委員會 <http://www.smokefree.hk>
• 衛生署控煙辦公室 <http://www.tco.gov.hk>

若你是有吸煙的習慣，為及自己及家人的健康，請即下定決心，**立即戒煙！**

戒煙熱線：2595 7162