

菸害防制



大多福藥局
鄭滄益藥師
戒菸衛教師

支氣管擴張劑

添加化學物使肺部的氣管擴張，使菸草菸霧更容易傳遞到肺部。

增加尼古丁含量

菸草公司控制尼古丁的含量使吸菸者更容易上癮。

香味料

添加的香料像是甘草和巧克力能蓋住吸菸時所產生的刺激感，這些有口味的菸品能吸引更多的人來使用，尤其是小孩。

亞硝酸胺

美式風格的紙菸都是使用調合式的菸草，其中亞硝酸胺具有更高的致癌風險。

氨的化合物

加入氨的化合物可增加尼古丁在大腦運作的速度。

濾嘴

改良濾嘴上的通風孔孔隙可使吸菸者吸的更深入並將致癌物吸入肺部的更深處。

薄荷醇

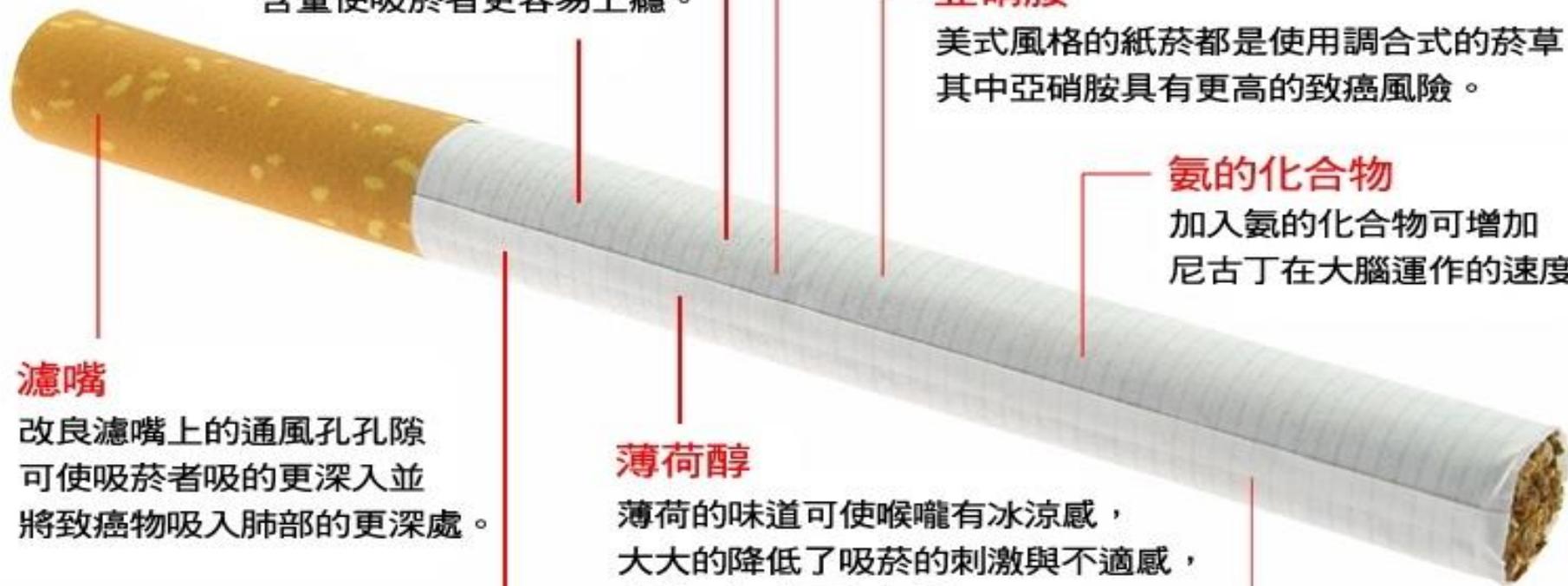
薄荷的味道可使喉嚨有冰涼感，大大的降低了吸菸的刺激與不適感，使菸吸起來更為順暢。

糖和乙醛

添加糖在菸中有更容易吸入的效果，而乙醛則會加強尼古丁的成癮性。

乙醯丙酸

添加有機酸鹽能減少尼古丁的不適感，使菸更順暢，減少刺激性。



香菸三大殺手

- 尼古丁
- 焦油
- 一氧化碳



抽菸的危害有多大

- 台灣每年2.8萬人死於菸害（77人/天）
- 較不吸菸者平均早逝15年



- 每天抽菸35支，陽痿機會五成四



為何要戒菸

每天吸煙量 60/包	1年	5年	15年	25年
半包	10,950	54,750	164,250	273,750
一包	21,900	219,000	328,500	547,500
兩包	43,800	1,095,000	657,000	1,095,000



菸與肺

Cigarette Smoking on The Lung



肺癌的肺

男51歲 / 菸齡16年



肺氣腫

男65歲 / 菸齡25年



肺癌

男70歲 / 菸齡41年



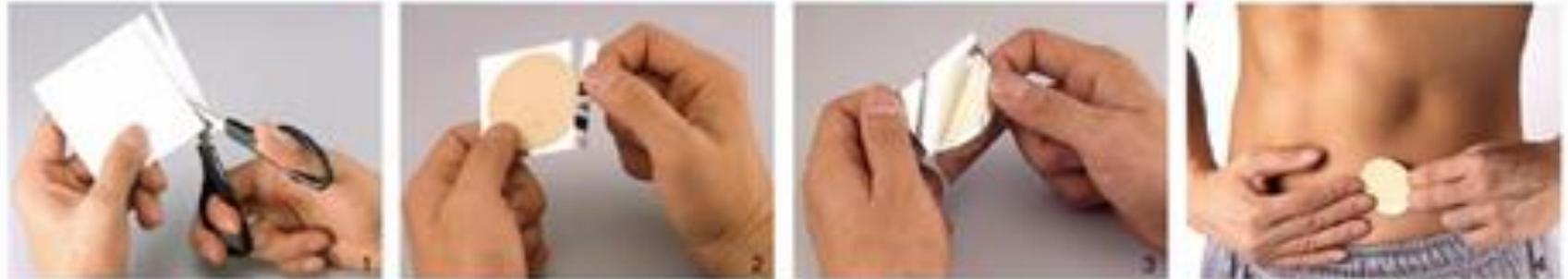
正常的肺



尼古丁貼片使用須知

- ▶ 1. ”每天只可以使用1片”
- ▶ 2. 最好貼在肚臍周圍(頸部以下與腰部間的無毛髮區域)或上臂，每天更換位置，以減輕皮膚過敏機會
- ▶ 3. 每天**洗澡完後使用**，到第2天要洗澡前撕下(若引起失眠，則改成每天早晨使用)
- ▶ 4. 於使用後2-9小時逐漸達到最高濃度，
約使用 2-3 天後達到穩定濃度

貼片黏貼方式及部位：



1. 用剪刀剪開外包裝(保護兒童特殊包裝)
2. 將裁切線撕下
3. 撕下貼片
4. 貼在上半身沒有皺折沒有毛髮的地方
5. 一天貼一片, 不可重複使用
6. 每天應更換黏貼部位

尼古丁口嚼錠使用須知

- ▶ 1. 當已經使用尼古丁貼片後，還想抽菸時，
“再使用”
- ▶ 2. 和一般口香糖不同，咀嚼15下左右有辣味或涼感後，應將咀嚼錠置於左或右臉頰，等到無辣味或涼感時，再重新咀嚼，如此反覆，約可使用30分鐘，再加上意志力，可維持1-1.5小時
- ▶ 3. 使用後30分鐘達到最高濃度
- ▶ 4. 使用前、後15分鐘，避免喝飲料或飲食
- ▶ 5. 使用當中，若有口水，請吐掉

尼古丁口含錠使用須知

- ▶ 1. 當已經使用尼古丁貼片後，還想抽菸時，
“再使用”
- ▶ 2. 將口含錠置於口內，含在左或右臉頰，
可以左右兩側交換，可使用20-30分鐘
- ▶ 3. 口含錠不可以咬碎、咀嚼或吞服，
- ▶ 4. 最快可在5分鐘內滿足菸癮
- ▶ 5. 使用當中，若有口水產生，請吐掉
- ▶ 6. 薄荷口味，使用代糖，糖尿病患也可以使用
- ▶ 7. 使用前、後15分鐘，避免喝飲料或飲食

什麼是「電子煙」？ 01



- 電子煙是用**鋰電池**驅動霧化器，**加熱煙液**(彈)變成煙霧後吸食



鮮豔的外包裝

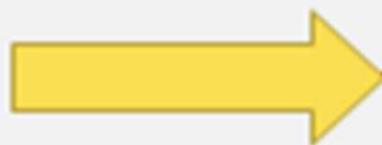


多種口味電子煙油

◎衛福部食藥署檢測結果顯示：

◎常見有害物質

尼古丁



會成癮

甲醛



致癌因子

乙醛

咳嗽、哮喘、胸痛及支氣管炎

丙二醇



接觸性皮膚炎、腎及肝損傷

電池爆炸意外、灼傷



癮君子注意！電子煙爆炸 嘴裡燒個洞

2015年09月17日 10:38 陳舒秦中時電子報



勞瑞亞(James Lauria)抽電子菸時忽然爆炸，雖然已無大礙，但現在仍住院中。(圖片取自英國每日郵報)

戒菸的癮君子注意囉，如果正在使用電子菸要特別注意安全。美國近來發生一起意外事件，有一名23歲男子吸電子菸時突然爆炸，口腔上顎還燒出一個洞造成他一級灼傷。

勞瑞亞(James Lauria)7月29日在工作時，手邊事情告一段落，他就到室外抽一下菸。但是電子菸突然爆炸，他記得的最後一件事，是被送上救護車趕往醫院。最後送醫後雖然救回一命，但他因為臉部和胸部受到一級灼傷，頸子和手指骨折，而在加護病房住了一周以上。

勞瑞亞表示，他經常抽電子菸，以前從沒出過事，沒想到這次發生這種意外，但仍自認很幸運，能活著就很高興。目前意外發生六周後，他仍只能吃喝液體食物維生。雖然復健的路很漫長，他希望自己的故事能給癮君子一個警惕，小心電子菸的使用。而爆炸的電子菸已被相關單位收回，調查事故發生的原因。(中時電子報)

◎對兒童及青少年之危害：

- ◎青少年正值大腦發展重要階段，使用菸品會造成**大腦永久傷害，導致成癮!**
- ◎有多種鮮豔的顏色和味道 (如棉花糖、巧克力、水果、香草等)，兒童會**誤認為一般的糖果零食，導致誤食中毒。**



越抽越上癮？ 電子菸油驗出安非他命

記者林彥汝/ 台北市報導

2014/01/19 13:41(更新時間：2014/11/16 13:23)

A- A A+

有人為了戒菸改抽電子菸，卻變成吸毒，台北市一名男子在路上抽電子菸，員警覺得菸味怪怪的，上前盤查，將電子菸送檢驗，竟有安毒反應，這名男子說，當初為了戒菸，才會在大陸的購物網站上買電子菸和菸油，標榜從義大利進口，還有各種水果口味，警方懷疑，有業者為了讓消費者上癮，在菸油裡頭添加毒品。

就是這款電子菸油，驗出含有安非他命，大陸網站介紹寫著，義大利原裝進口，清肺戒菸，是青蘋果味道，拉下來一看，還有各式水果口味，多達10幾種，有民眾買來裝在這款電子菸裡頭抽，特殊的水果味道，引來警方注意。

中山派出所楊姓警員：「他說這是電子戒菸的，就專門給人家戒菸的，我就跟他借過來看，看它裡面有液體，這個液體，因為現在新興毒品很多，就好奇我可以驗一下嗎，他說好啊，沒問題，就拿毒品檢驗包出來，下去，就成二級毒品反應。」

這個月9日，警方發現溫姓中古車商在路上抽電子菸，好奇之下，借來用毒品檢驗包檢驗，想不到竟驗出安非他命，中古車商驚訝大喊，只是想戒菸，怎麼變成吸毒，他說他在網站上花了2000到3000元買來電子菸，用了一週之後，不僅不想再抽菸，而且還越抽精神越好。

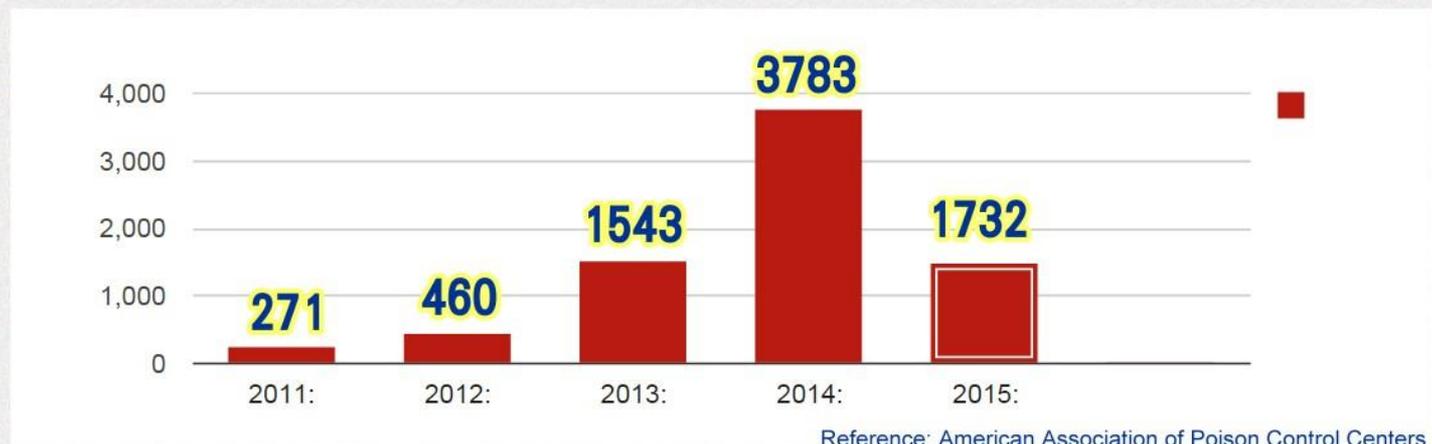
原來是買來的菸油成分不單純，警方懷疑，有業者故意在成分裡加上毒品，讓購買者成癮，目前已經將這款電子菸和菸油送到刑事局做進一步檢驗，事實上，電子菸標榜能夠幫助戒菸，但醫師表示，裡頭仍舊含有尼古丁，無法幫助戒菸。

電子煙中毒

- ▶ 美國FDA及毒物管控中心(American Association of Poison Control Center, AAPCC)目前最新統計數字顯示，**電子煙中毒通報事件已成長14倍(271件(2011年) → 3783件(2014年))**
- ▶ 其中包含成人自行**注射液態尼古丁自殺**、**嬰幼童誤食導致中毒、致死**，以及青少年將**毒品(K2, 三級毒品)**攙混於電子煙中使用，發生**中毒昏迷**等案例。

E-cigarette Device and Liquid Nicotine Reported Exposures to Poison Centers

2011.01.01~2015.06.30



北區衛生所戒菸門診

- ▶ 每週二、三、五上午
9:00~12:00
- ▶ 免收掛號費

大多福藥局

台中市北區大德街149號

週一至六09:00-22:00

- ▶ 戒菸藥品領藥處
- ▶ 免費受理各大醫院慢性處方簽
- ▶ 牙科及診所處方均有受理



謝謝