

新竹馬偕紀念醫院

地址：

30071 新竹市光復路二段 690 號

電話：

03-5166868，03-6119595

· 健康諮詢專線：03-6118865

週一~週五 上午 9:00~12:00

下午 14:00~17:00

例假日休息

· 語音掛號電話：03-5166516

· 人工掛號電話：03-6118866

週一~週五上午 8:00~17:00

週六上午 8:00~12:00

共同營造一個無菸害的世界

修訂: 2017/07/01

胸腔內科



新竹馬偕紀念醫院

Mackay Memorial Hospital, Hsinchu

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利

吸菸會對人體造成傷害，已經是成為定論的事實。吸菸不僅在呼吸道引起肺癌、支氣管炎、肺氣腫等傷害，也會引發血管硬化、腦中風、心肌梗塞、口腔癌、胰臟癌、膀胱癌、早產嬰兒...等傷害。

吸菸的時候會有二種不同的氣體產生。一種是正在吸菸時，菸高度燃燒所產生的煙，由吸菸的人主動吸入呼吸道然後吐出來的煙，稱為主流煙。另一種是在菸末端點燃，緩慢燃燒所產生的側流煙。化學分析這兩種方式所產生的煙，側流煙中所含的一氧化碳、二氧化碳、阿摩尼亞、尼古丁、及其他有毒氣體致癌物質等濃度皆比主流煙含量較高。沒有吸菸的人暴露在吸菸的環境中，這兩種煙都會隨著呼吸吸進肺內，我們稱呼為吸入二手煙。二手菸在空氣中會被稀釋，比起直接吸菸的人，吸入的煙量比較少，但吸入體內仍然會對人體造成傷害。

吸菸除了對自己本身造成傷害以外，1980年代以來人們漸漸注意到二手菸對於沒有吸菸者也會造成傷害。尤其在空氣流通不好或密閉的公共場所或辦公室，沒有吸菸者接觸二手菸會刺激眼睛引起流眼淚、咳嗽、頭暈眼花或呼吸困難等不適現象。呼吸道有毛病的人，特別是呼吸道過敏例如過敏性鼻炎、哮喘的病人，吸入二手煙有時會引起發作一直打噴嚏、呼吸困難或症狀的惡化。世界衛生組織出版的哮喘診治指引手冊強調要預防哮喘的發作須避開二手煙，並且要教育哮喘小孩的父母不要在家中吸菸。二手菸對於小孩尤其是嬰孩更容易引起支氣管炎、肺炎，另外對於小孩肺功能的發育都會有妨害。

二手菸是室內空氣污染的最主要來源。沒有吸菸的婦女也會得到肺癌，追究其原因的結果和家中的人吸菸有關。1981年Hirayama 研究 91540位 40歲以上沒有吸菸的日本婦女得到肺癌的機會，發現妻子得到肺癌的比率隨著丈夫每日吸菸的量的增加而增加。每日吸一包菸以上的丈夫他的妻子得到肺癌的機會為沒有吸菸丈夫的妻子得到肺癌的 1.9倍。後來許多的研究報告甚至世界衛生組織也認定二手菸會引發肺癌的看法。另外，二手菸和小孩的癌症也有關係，吸入二手菸的懷孕母親，日後小孩發生腦癌和平滑肌癌的機會增加。後來陸續的研究報告和統計資料大都認為二手菸與其他癌症的發生也有關係。

為了減少菸害，衛生署多年以前就正式立法通過頒布實施。其中為了避免二手菸的危害，菸害防治法第十三條明定許多的公共場所例如醫療機構、托兒所、幼稚園、圖書室、民用航空器、客運汽車、電梯間、車廂及其他各種密閉式之公共運輸工具等皆全面禁菸。

在此再度呼籲吸菸的朋友，為了自己健康、為了家人的健康著想，特別是家中有人患有哮喘或呼吸道疾病的親屬著想，請您一同來戒菸，不要吸菸，共同營造一個無菸害的世界。

~新竹馬偕紀念醫院，關心您的健康。