

電子煙 危害健康

電子煙 (e-cigarettes) 也常常稱為“電子霧化器” (vape)，是一種將液體霧化後送入人體肺部的電子裝置。電子煙有不同種類及形狀，有時可能很難識別。

電子煙油 (氣霧劑) 中的主要成份是丙二醇、植物甘油或甘油，通常還含有尼古丁、添味劑以及其他化學品。一些有害化學物質可能並沒有在電子煙的包裝上註明。

很多人認為電子煙與普通香煙不同，對人體無害。這是最大的誤解。事實並非如此。**電子煙對人體有害。**

你知道他們吸的電子煙中含有什麼嗎？



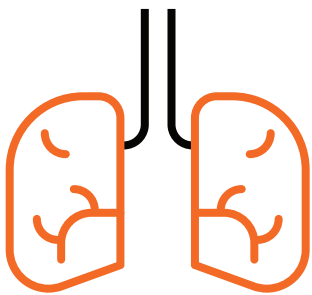
很多電子煙中
含有尼古丁，
極易令人上癮



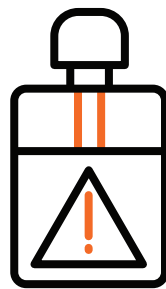
一盒電子煙
的尼古丁含量
=50支
香煙



電子煙使青少年
今後吸煙的
概率增加**二倍**



已顯示
電子煙能導致
嚴重肺部疾病



電子煙所含的**有害**
化學物質 同樣可在清潔
產品、指甲油去除劑、
除草劑和驅蟲劑中找到



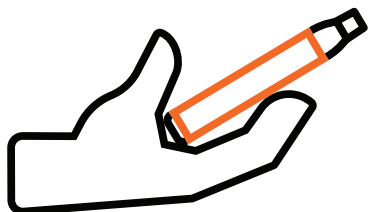
電子煙形狀設計
各異，易於**隱藏**



為什麼青少年喜歡電子煙？

電子煙以色彩豐富的包裝及不同口味(例如,西瓜、葡萄、焦糖、吹波膠、香草和薄荷等)吸引青少年的興趣。許多電子煙中含有尼古丁,極易令青少年很快上癮。

煙草製品公司需要不斷開發新客源,而電子煙是讓青少年對尼古丁上癮的新方法。尼古丁上癮後就很難戒斷。

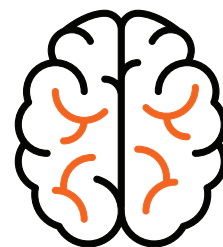


問題有多嚴重？

使用電子煙的青少年人數越來越多。研究顯示,五分之一的青少年曾吸過電子煙,其中接近80%的人表示很容易在商店或網絡上非法購得這類產品。

在最近的一項調查中,64%的老師反映他們知道有人在校園內兜售電子煙。電子煙造成的後果已經開始顯現,吸電子煙的青少年人數日益增多也已經成為一個令人擔憂的問題。

尼古丁對青少年的毒害



尼古丁是在電子煙中經常使用的有毒物質,極易導致青少年的大腦對它產生依賴。

尼古丁能對大腦發育造成持久的不良影響。

尼古丁能改變青少年大腦突觸的形成。

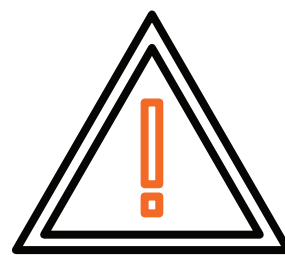
尼古丁令注意力、學習能力及記憶力受損,同時導致情緒變化。

對身心健康的風險

電子煙導致青少年接觸化學品及有毒物質,其數量會對他們的健康造成不良後果。電子煙會增加青少年患抑鬱症和焦慮症的風險。一些嚴重的肺部疾病也與電子煙有關聯。更為重要的是,電子煙可能造成的許多長遠危害目前尚不清楚。電子煙中的電子煙油是化學溶液,其生成的氣霧也不是水份。電子煙導致青少年吸入:

- 通常用於清潔產品、指甲油去除劑、除草劑和驅蟲劑中的有害化學物質。
- 甲醛及重金屬等有毒物質。
- 可進入肺部深處的超細顆粒。
- 二乙醯基(一種可導致嚴重肺部疾病的化學成份)添味化學品。

電子煙爆炸導致嚴重灼傷也多有發生。



你知道他們吸的電子煙中含有什麼嗎？
訪問health.nsw.gov.au/vaping瞭解證據及事實*

*所有陳述均有證據支持,可以在網站上找到。



向青少年出售電子煙屬於違法

向未滿18歲的青少年出售任何一種電子煙產品即屬違法。目前有許多青少年向同學或透過社交媒體購買電子煙。

除非醫生出於戒煙目的向18歲以上的人開具了處方，並憑處方在藥房購買電子煙產品，否則向任何人出售含有尼古丁成份的電子煙都是違法行為。

一些零售商店向青少年出售電子煙，這是違法的。

如果你懷疑有人向未成年人出售電子煙，可以透過NSW Health (新南威爾士州衛生署) 網站或致電1800 357 412聯絡煙草製品信息熱線舉報。



你的孩子正在吸電子煙嗎？

你的孩子或許已經在吸電子煙而你並沒有察覺。這是因為電子煙很小，同時形狀看似螢光筆、書寫筆或USB記憶棒等常見的文具。此外，電子煙也不容易被嗅到。

一些表明你的孩子可能在吸電子煙的跡象包括他們有尼古丁上癮症狀，表現在孩子感到煩躁或焦慮。如果發現孩子在吸電子煙，你應該鼓勵他們停止，並讓他們知道可以獲得幫助，同時你也會支持他們。戒用電子煙有時可能很困難。你的孩子也許需要聽取全科醫生的建議。

另外，你自己也應該遠離煙草和電子煙，為孩子樹立一個好榜樣。



誤導及危險的標籤信息

電子煙產品通常沒有標籤或標籤上的信息不正確。

標籤上可能標出不含尼古丁，但事實上很多電子煙含有尼古丁以及無數其他化學物質。

製造商往往不註明這些成份。



與青少年交談至關重要

如果你懷疑孩子正在吸電子煙，應該花時間與他們交談，並幫助他們全面瞭解這樣做的風險。

由於電子煙在學校中很常見，他們可能認為這些都很安全也很正常。但是事實並非如此。

讓孩子知道電子煙的風險，這十分重要。嘗試以隨和的方式與他們交談，也許可以利用合適的契機開始這方面的對話，例如收到學校的通知、有關電子煙的新聞報導或者當你們看到有人在街上吸電子煙時。確保你掌握所有事實。



你知道他們吸的電子煙中含有什麼嗎？

訪問health.nsw.gov.au/vaping瞭解證據及事實*

*所有陳述均有證據支持，可以在網站上找到。

