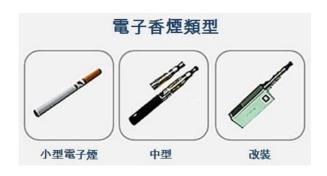


甚麼是電子煙?

電子煙是一種使用電池,將含有尼古丁的煙油加熱的電子產品。 尼古丁是煙草中所含的一種使人很容易上癮的化學物。電子煙將煙油變成霧狀,讓使用者可以吸入或呼出成霧氣(蒸汽),類似吸煙。使用者可以選購不同口味含有尼古丁的電子煙油配件。

電子煙的組裝解剖圖電子燈電池霧化器煙彈



有關電子煙的須知

- 45 萬初中生和 2 百萬高中生都曾嘗試使用電子
 煙,而且這些數字每年都在增加。¹
- 許多成功的電子煙生產商現在都是由大煙草公司擁有。
- 目前並沒有足夠的證據證明電子煙可以幫助吸煙者戒煙。
- 目前還沒有足夠的研究來支持電子煙比**捲**煙或 普通香煙更安全的說法。
- 因爲電子煙不受監管,所以電子煙中可能含有 害的化學物質尚未明朗。
- 電子煙屬新產品,因此它對健康造成的長期性 影響,尚未確定。

電子煙的危害

電子煙使用者噴出的霧氣含有尼古丁和其 他有毒化學物質。孕婦若接觸到這些化學 物質可能會影響胎兒的大腦發育。

兒童若接觸到電子煙可能會導致他們在幼 年時開始吸煙。

電子煙油色彩繽紛,含有味道,很容易讓 小孩意外飲用而中毒。



電子煙是否比香煙 更安全?

不 。據我們所知, 電子煙並不比香煙更 安全。

研究人員發現,電子煙使用者不僅吸入尼 古丁,而且還有其他化學物質,就好像吸 食普通香煙一般。

吸電子煙與普通香煙一樣,都會吸進蒸氣 或煙霧,同樣會刺激和傷害肺部。

使用吸電子煙會幫助 吸煙者戒煙嗎?

電子煙不會使吸煙者減輕對尼古丁的成癮。

事實上,有些人可能會同時吸食普通香煙和 電子煙,這使得戒煙更難成功。

如你或你認識的人想戒煙,該如何?

請記住,電子煙還未經證實是一個安全或有效 的方法來幫助戒煙。而我們有已經證實安全且 有效的戒煙方法。

如你或你認識的人有興趣戒煙:

- 向你的醫生或其他醫療專業人士資詢,或
- 參閱網站 http://www.asiansmokersquitline.org, 或
- 致電華語戒煙熱線:

粵語和普通話: 1-800-838-8917

越南語: 1-800-778-8440

韓語: 1-800-556-5564

英語: 1-800-NO-BUTTS (1-800-662-8887)

撰寫:

Matthew Jeong | Irene Ly | Kristine Phung | Filmer Yu

設計:

Vickie Nguyen | Mi Tran | Alice Guan

出版機構:

UCSF Healthy Family Project
Vietnamese Community Health Promotion Project
Chinese Community Health Resource Center
Asian American Research Center on Health

製作部分资源由以下機構提供:

Tobacco-Related Disease Research Program Grant 22RT-0089H 及
National Institute on Drug Abuse Grant 5R01DA036749
http://www.asianarch.org/ecig | All rights reserved, September, 2015