



群均为高危人群。即吸烟的年龄越早，吸烟的年头越长，每日吸烟量越多，患肺癌的几率就越大。

## 97 二手烟的危害究竟有多大？如何防范？

二手烟 ( Second Hand Smoke, SHS ) 又称被动吸烟。任何吸烟者都不是把烟雾全部吸入，更不能将烟毒全部吸收，而是向四方扩散。有研究表明，吸烟者通常一口气仅吸入 12% 的有害物质，其余 88% 的有害物质会向四周扩散。

世界卫生组织对被动吸烟者的定义是不吸烟者一周中有一天以上吸入吸烟者呼出的烟雾长于 15 分钟。吸烟者是主动吸烟，主动享受，主动受害，而周围不吸烟的人却不得不被动吸入“环境烟草烟雾”而深受其害。因为烟草烟雾中的刺激性毒物可使被动吸烟者出现流泪、咳嗽、咽喉不适等症状，更严重的后果是被动吸烟者的癌症、心脑血管疾病、呼吸系统乃至全身各系统疾病也同样高发。

人类关于被动吸烟危害的第一个“里程碑”式研究是 20 世纪 80 年代作的，结论是“丈夫吸烟可导致妻子患肺癌的风险增加 1 倍”。此后的许多研究结果都显示，与吸烟人密切接触的吸二手烟者吸入的烟毒可高达吸烟者的 2/3。在一些特殊行业，如餐饮、娱乐业的从业人员，几乎无一例外地在工作场所被动吸烟。被动吸烟对身体的影响仅仅是深浅程度不同而已。

《2007 年中国控制吸烟报告》中提到，与 1996 年的调查结果相比，中国人在公共场所接触二手烟的比例上升了，被动吸烟者约有 5.4 亿人。所以，不吸烟的人们应该采取自身力所能及的手段防范二手烟的危害。