



例如，用适当方式告诉身边的烟民朋友和同事，您不喜欢闻烟雾，以及使用空气净化设备或注意开窗通风以减轻空气污染。

相关链接

世界无烟日

每年的5月31日是世界无烟日。由于二手烟的危害在全世界受到越来越多人们的关注，在2007年的第20个世界无烟日上，人们设定的主题是“创建无烟环境，构建和谐社会”，表达了人们拒绝二手烟的决心。

98

如何避免三手烟的危害？

近年有人又提出三手烟的概念。所谓三手烟是指被动吸烟者充当了二传手的角色，将其身体和衣物上携带的烟毒传给了不在烟雾现场的第三者。三手烟实际上是另一种被动吸烟，婴幼儿、少年儿童往往是主要的受害者。

家庭本应是温馨的港湾，但现在却成了吸烟者固守的阵地。残留在衣服和家具上的烟味能被人体皮肤吸收。通风和污染程度的不同可能导致烟草的残留气味滞留数小时、数天甚至数月。据推算，我国现在有1.5亿儿童和更多的其他成员每天生活在烟雾缭绕的家庭环境之中。三手烟中含重金属、致癌物，甚至辐射物质。婴儿在爬行或玩乐时，抓到东西就往嘴里塞，可能因此受到三手烟之害。

烟灰缸是三手烟的一个重要来源。而茶叶具有很强的吸附作用，能有效吸收烟草味道，对室内空气中颗粒尘埃的吸附作用也很强，将喝剩