



二手菸危害

二手菸已被國際癌症研究中心（IARC）歸類為一級致癌物質，根據世界衛生組織指出，二手菸導致全球每年約60萬人過早死亡。

臺灣每年約有2萬4,000名死於吸菸，而有3,000名死於二手菸害，每年因二手菸罹病約達15萬至23萬人，平均約2至3分鐘就有1名不吸菸者因他人吸菸而罹患疾病。



什麼是二手菸？

由吸菸者呼出的煙霧和菸草燃燒釋放出的菸，兩者在空氣中混合而成。在燃燒不完全的情形下，二手菸釋放出7000種以上的化學物質，其中超過250種對人體健康有害，更有93種致癌物質及有害物質。

什麼是二手菸？

二手菸是分佈最廣且有害的室內空氣污染物，已經被世界衛生組織列為「頭號的致癌物質」。其成份，包括氮氧化物、尼古丁、一氧化碳，及各種的致癌物和輔助致癌物質。

什麼是二手菸？

一氧化碳會取代血液中的氧氣，使身體細胞獲得的氧氣量減少。

尼古丁使血管收縮，心跳加速，並增加血液循環系統的負擔。

焦油刺激並破壞細胞，對身體的細胞造成影響。

此外，二手菸中更多種的有毒和致癌物質，包括：苯、氯乙酸、氰化氫及焦油等等。

什麼是二手菸？

此外世界衛生組織指出，與吸菸者同住，得到肺癌的機會比一般民眾高出20%-30%，研究已證實二手菸暴露會增加罹患冠狀動脈心臟病及罹病死亡之風險，但這觀念目前尚未普及，多數人還是認為吸菸是個人行為與他人無關。

什麼是二手菸？

二手菸除會造成或加重幼兒氣喘、支氣管炎、肺炎、中耳炎等呼吸道疾病外，且與兒童白血病、淋巴瘤、大腦與中樞神經系統病變、肝母細胞瘤等癌症有顯著關係；此外也會讓兒童造成肥胖、身體質量指數(Body Mass Index, BMI)較高、腰圍較大、行為表現問題等。

二手菸對於人體之危害

許多吸菸者認為吸菸是個人基本人權，也誤以為菸害只有在吸菸的當下發生，只要轉換場所、打開窗戶通風就沒事，這其實只是錯誤的觀念，因為不論二手菸、三手菸都是致癌物，皆會危及身邊的人。

二手菸對於人體之危害

世界衛生組織指出，空調系統及通風設備皆無法有效隔絕二手菸中的有毒物，惟有完全無菸的室內環境是惟一保護健康的有效方式，室內公共場所全面禁菸是唯一能有效保護大眾免於二手菸危害的方法；連由業者組成的「美國冷暖氣暨空調工程師學會」都報告指出：「截至目前為止，沒有任何空調與空氣清靜裝置可以百分之百過濾二手菸害」！

以上內容皆來自國民健康署健康九九網站