



加熱式菸品

一樣含尼古丁與有毒致癌物質

加熱式菸品是以菸草製成，釋放出的菸霧與傳統紙菸相同，均含有尼古丁和其他致癌物質，世界衛生組織對此類商品已發表聲明

認為加熱式菸品與傳統紙菸一樣，會對人體產生危害。而菸品中所含的尼古丁等成癮性物質，會刺激神經釋放「多巴胺」(dopamine)讓人感到自在與放鬆，在反覆的刺激之下，會變得神經衰弱，多巴胺的分泌量也會隨之減少，需要靠更多更強的尼古丁才能刺激

國民健康署提醒，菸煙的暴露並沒有安全劑量，民眾要遠離任何形式的菸草產品，才能避免成癮。與傳統菸品一樣 含有毒及致癌物質根據日本研究報告指出，加熱式菸品與傳統紙菸一樣，除含尼古丁易讓人成癮外，也含有焦油、NNN、NNK、甲醛、乙醛等有毒及致癌物質。

而今(108)年發表於菸草控制期刊(Tobacco Control)的最新研究報告 4 更指出，加熱式菸品的塑膠材料部份，在一般使用的加熱過程中，於 90°C 左右就會釋出急毒性與高毒性物質：甲醛氰醇(formaldehyde cyanohydrin)，且由於加熱式菸品設備的使用性質，可能會導致吸食的間隔減少，因此可能增加用戶對尼古丁和其他有害化學物質的攝入量。

國外專家：加熱式菸品無法降低罹病風險雖有部分國家認為加熱式菸品為「菸品」，而同意該產品上市，並不意味著它們是安全的，也不代表決定該產品是減害產品。

美國食品藥物管理署(FDA)於 2018 年召集的諮詢委員會專家，即以壓倒性投票結果否定「加熱式菸品可降低菸害相關疾病的風險」，也否定對於「吸菸者會改用加熱式菸品作為戒菸工具」的可能性。

正視加熱式菸品危害 戒菸找專業國民健康署呼籲民眾，尤其是青少年朋友，正視這類商品的健康危害，遠離任何形式的菸草產品。根據美國、加拿大、英國聯合研究顯示，16-19 歲的青少年 29.1%想嘗試電子煙，25.1%想嘗試加熱式菸品，19.3%想嘗試菸草，所以加熱式菸品對青少年吸引力比菸草還高。

菸煙的暴露沒有安全劑量，只要吸入菸煙就有害健康，切勿嘗試任何會使人成癮或成份不明的東西，才是最安全的自保之道。

歡迎癮君子們善用國民健康署免付費戒菸專線 0800-636363、全國 4,000 多家戒菸合約醫事機構(醫院診所及藥局)的戒菸服務，或洽各地衛生局所，透過專業、安全又有效的方法戒菸，一人戒菸，全家健康。