

三手菸危害

一般人常誤以為只有當吸菸者正在吸菸時，旁人所吸入的菸才會對身體造成傷害。有些吸菸者會採取一些措施保護其他人，例如：打開窗戶吸菸，跑到其他房間吸菸，打開電扇吸菸，或不在孩子或家人面前吸菸，以為這樣就不會對孩子或其他人造成傷害，或使傷害大大降低。但這其實是錯誤的。



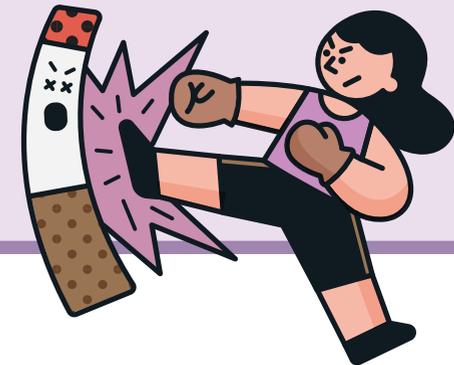
與吸菸者同住的幼兒，除了要承受二手菸的危害外，還得面對「三手菸」的威脅。所謂「三手菸」(third-hand smoke)，是指菸熄滅後在環境中殘留的污染物，研究證實，吸菸者即使不在孩子面前抽，但殘留在衣服、車子、房子內的三手菸一樣會導致血癌。



根據英國突變學期刊(Mutagenesis)發表
二手菸致癌研究指出，尼古丁有很強的表面粘
附力，會與空氣中的亞硝酸、臭氧等化合物發
生化學反應，產生更強的新毒物，如亞硝酸胺等
致癌物，黏在**衣服、家具、窗簾或地毯上，並
且可在空間中存留六個月之久。**



美國兒科學(Pediatrics)發表的「三手菸對健康的影響和家庭禁菸的信念」研究報告也指出，三手菸殘留在環境中的毒性微粒，至少有11種高度致癌化合物，會造成兒童認知能力的缺陷，增加嬰幼兒哮喘機率以及中耳炎的風險，尤其對於在家中爬來爬去的幼兒威脅最大。



國民健康署再次呼籲，為了確保讓孩子遠離二手菸、三手菸的環境，請吸菸的家人即刻戒菸，還給家人一個無菸害的清新環境。特別是家中現在有寶寶或即將迎接新生命的誕生，現在正是戒菸的最佳時機，除了拯救自己的健康外，也能保護家人不受二手菸，甚至是三手菸的危害！

以上內容皆來自國民健康署健康九九網站