



二手菸迷思

二手菸對人體的影響不大？~ 錯！

迷思一：室外空氣污染比室內吸菸污染更危險？

事實一：吸入二手菸造成罹患癌症的危險性大於室外致癌污染物引起癌症的一百倍。

迷思二：大部分的二手菸有害物質，來自於吸菸者說話或吐到空氣中的廢氣？

事實二：相較於吸菸者說話或吐出的煙，燃燒中的菸末端產生有更多高濃度的危險有毒物質和致癌成分。

迷思三：二手菸不會危害兒童，所以在有小孩或孕婦的環境中吸菸沒有問題，只要不在小孩面前吸、並且打開窗戶就好？

事實三：讓孕婦或小孩曝露在二手菸環境中是虐待兒童！13%的新生兒猝死是因為從母體吸收了二手菸。從母體吸收二手菸的胎兒罹患氣喘、下呼吸道疾病是未吸到二手菸的胎兒的兩倍。二手菸更會使幼兒肺部發育變慢。

迷思四：二手菸相當普遍。雖然會引起一些人不舒服，大體說來是非常安全的？

事實四：二手菸危害個人和大眾健康。以美國為例，二手菸害造成每年大約三千名非吸菸者肺癌死亡病例，和三萬六千名非吸菸者死於心臟病。事實上，除了吸菸死亡外，預防二手菸害是全世界最重要的可預防死因。

迷思五：在另外一個房間吸菸不會傷害到任何人？

事實五：二手菸會從一個房間飄散到另一個房間，即使當門在關閉的情況下。此外，潛在的毒性化合物附著於地毯、窗簾、衣服、食物、家具等，在吸菸者抽完菸後仍然會瀰漫於空氣中。

迷思六：在室內或車內打開窗戶或門，可以除去大部分的二手菸？

事實六：你可能曾經想過，藉由打開窗戶或電風扇除去車內或室內的二手菸。研究指出，在任何程度的通風情形下，還是不能完全避免二手菸的危害。此外，打開車內或室內窗戶導致氣流回流，反而會造成非吸菸者直接吸入二手菸。

迷思七：當小孩不在室內或車內時吸菸，不會影響到他們？

事實七：許多父母認為不要在小孩面前吸菸就好，他們可能不知道二手菸會盤旋在空氣中一段時間。最近研究發現，二手菸會吸附於灰塵和物質表面，持續約數天至數個月！

迷思八：只要使用空氣清淨機或過濾裝置，二手菸就不會影響到其他人？

事實八：空氣清淨機只擋住煙霧中小分子，仍然無法去除菸害。二手菸是由粒子和氣體組成，大部份的空氣清淨機只能降低空氣中的微粒，但不能去除有害氣體。這意謂著，空氣清淨機不足以消滅有害氣體中的致癌物質。