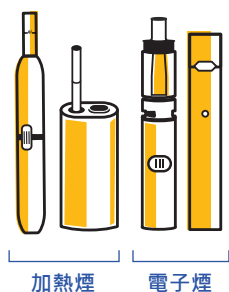


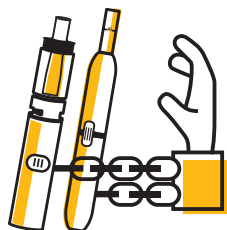
甚麼是加熱煙、電子煙？ 它們有甚麼分別？



簡單而言，加熱煙透過電子裝置將煙草高溫加熱（而非點火燃燒），產生煙霧；電子煙則透過電子裝置將化學溶液加熱汽化。兩者同屬吸煙產品，可釋放尼古丁、甲醛、乙醛等多種有害物質和致癌物，對健康造成損害和上癮。

使用另類煙能協助戒煙及減少吸煙？

另類煙不是世界衛生組織認可的戒煙工具！外國及本地研究均指出，另類煙並無助戒煙，相反會減低戒煙意欲，延續吸煙人士對煙草上癮，更會成為年輕人吸煙的入門途徑。外國資料顯示，七成另類煙使用者同時吸食傳統煙；而且在日常不能吸煙的場合上使用另類煙，變相增加他們的吸煙量和頻率。



另類煙沒有難聞的味道， 不會產生二手煙影響他人？

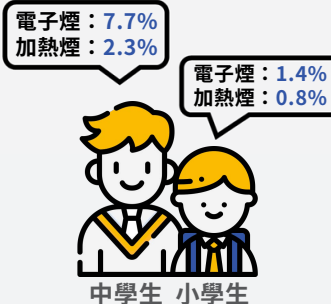
無味不等於無害，切勿低估另類煙的禍害！另類煙釋出的二、三手煙同樣含有有害物質，無味（甚或香味）反而令人掉以輕心，長時間暴露在二、三手煙危害中而不自知。

煙害 2.0

五分鐘 · 揭穿加熱煙及電子煙真面目

香港15歲以上每日吸煙人口比例為10.2%，即約64萬人，是世界上最底吸煙率的地區之一。近年，不同形式的另類吸煙產品（另類煙）包括加熱非燃燒煙草製品（加熱煙）及電子煙在外國火速冒起，吸引不少人使用，當中更不乏從未嘗試吸傳統煙的年輕一族。這些另類煙到底是甚麼？對我們的健康有甚麼害處？

青少年曾經使用另類煙的比率



另類煙的銷售對象是吸煙人士， 煙草商不會鼓勵青少年吸煙？

無論加熱煙或電子煙，其包裝、口味、設計和配件均迎合青少年的取向，企圖引誘青少年嘗試。宣傳營銷手法亦針對青少年，在精品店及社交平台售賣。煙草商更贊助年輕的網絡紅人及KOL等於不同社交媒體上載關於加熱煙及電子煙的相片及文字，將吸食另類煙營造為青少年潮流。

有研究發現另類煙釋出的有害物質大大減少，危害較傳統煙低90-95%，是吸煙人士較健康的選擇？

大錯特錯！另類煙一樣含有有害物質和致癌物，絕不能歸類為吸煙的健康替代品！危害較少的說法沒有足夠科學理據支持，主要由煙草商、其資助機構或利益衝突的人士提出。醫學界對此說法大多表示保留和懷疑，亦有研究發現另類煙部分有害物質的含量較傳統煙更高。要強調的是釋出的有害物質較少，亦不等於對健康造成的風險和危害較少。另類煙仍會構成患上吸煙相關疾病的威脅，危害絕對不容低估！



禁止另類煙剝削了吸煙者 「自由」選擇的權利？

世界上沒有安全無害的吸煙產品，加熱煙及電子煙同樣對人體有害和令人上癮，絕非恰當的吸煙替代品或選擇。另類煙只會令吸煙人士繼續以其他形式受尼古丁的控制，損害自己健康。唯有**遠離任何形式的吸煙才是真正的自由**。



有說不禁傳統煙而禁另類煙， 是刻意維護傳統煙草商利益？

這是毫無理據的說法。香港履行《世界衛生組織煙草控制框架公約》，透過不同措施遏止煙害蔓延，同時避免公共衛生政策受煙草業及既得利益的干預。現時暢銷的加熱煙及電子煙品牌正正是由傳統煙草公司所壟斷。在全球吸煙比率逐步下降的趨勢下，煙草商投入大量資源研發新型的另類煙，以「較健康」和「減少禍害」為名，但以**維持利潤而罔顧大眾健康為實**。



為何要全面禁止另類煙？ 18禁是否已經足夠？

外國經驗證實，單憑規管**不准售予未成年人士的措施並沒有效用**，例如在美國，即使合法購買煙草及電子煙產品的年齡已於2019年12月提高至21歲，2020年美國仍然有近360萬中學生使用電子煙，成為年輕人的主要吸煙工具。我們應該效法香港1980年代全禁無煙煙草的經驗，以遏止另類煙流行。**全面禁止另類煙（包括其進口、製造、售賣、分發及宣傳）的目的是以最有效的措施減低煙草對健康的危害**，該建議得到醫學界、教育界等不同社會界別支持。



為何不禁止傳統煙，而要全面 禁止加熱煙及電子煙？

傳統煙的禍害在其盛行超過一個世紀後才被廣泛發現，令禁止傳統煙的工作不能一蹴而就。雖然另類煙面世的時間很短，但已有不少研究發現另類煙可引致心臟病、呼吸系統疾病及癌症等。前車可鑑，今天，另類煙尚未在香港成為風氣，**政府應以最嚴格的措施應對和預防，全面禁止**。長遠而言，當吸煙率進一步下降，政府應**朝著全面禁煙的方向邁進**。



揭穿另類煙害真相

傳統煙禍害廣為人知，市場漸見收縮。煙草商因此投入大量資金研發加熱煙及電子煙等另類吸煙產品，宣稱這些吸煙產品「較健康」、「減害」，以淡化吸煙對身體的傷害，並借此重塑吸煙的形象，延續煙草業的龐大利潤。事實上，越來越多研究證實另類吸煙產品釋放多種有害物質，可引致嚴重的疾病，例如心血管疾病和呼吸系統疾病。

煙草商企圖透過新穎的設計、具吸引力的包裝和過萬種口味，用針對年輕人的宣傳策略，吸引他們嘗試加熱煙和電子煙，使另類煙成為年輕人的吸煙入門途徑。

一旦另類煙在香港盛行，不單會降低吸煙人士的戒煙意欲，更可能導致不吸煙人士尤其是青少年開始吸煙，令吸煙率不跌反升，帶來更沉重的社會及醫療負擔，後果不堪設想。

切勿掉以輕心，誤墮煙草商的圈套！

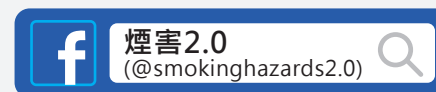
「全面禁止電子煙及其他新煙草產品」簽名行動

立即掃描二維碼或登錄以下網址簽名支持並轉發，促請政府儘快立法全面禁止電子煙及加熱煙等另類吸煙產品，共同實現無煙香港。

www.smokefree.hk/support



請即追蹤以了解更多有關另類吸煙產品的害處



香港吸煙與健康委員會

地址：香港灣仔皇后大道東183號合和中心44樓4402-03室
電話：+852 2185 6388
傳真：+852 2575 3966

電郵：enq@cosh.org.hk
網站：www.smokefree.hk
Facebook：無煙大家庭 (@smokefreefamily)