


青少年拒菸反檳講座

沒菸檳害 健康自在





菸害事實

- 每年全球有約540萬人，因菸害而死亡
 - 台灣約有489萬的吸菸人口，每年約有2萬人死於吸菸所導致相關疾病
 - 每天有55人因為吸菸死亡(每小時有2人因吸菸死亡)，每位死亡者平均少活22年
- 





檳榔不添加、天然ㄟ嘛金害!!

檳榔添加物對人體的危害一

荖花

含有黃樟素，為已知的肝癌、
口腔癌致癌物質。



檳榔致癌
切勿嚼食

白灰

氫氧化鈣
促使口腔環境變成鹼性，
增強多酚類之傷害。

紅灰

氫氧化鈣會使唾液變成鹼性；
甘草蜜內含多酚類，
交互作用下會造成細胞突變。

 健康九九粉絲專頁



檳榔不添加、天然ㄟ嘛金害!!



菸和煙



壹

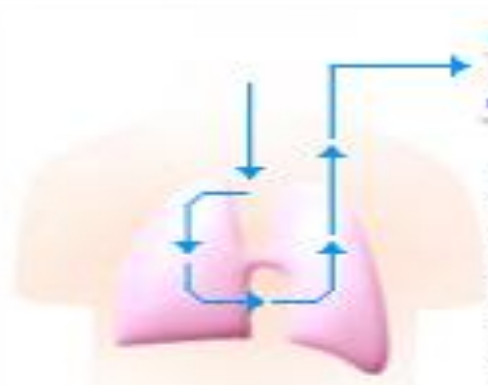
一手菸



貳

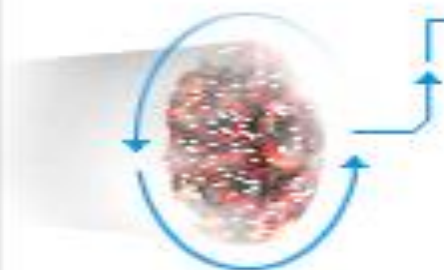
(菸)
二手煙

什麼是二手菸？三手菸？



主流菸煙

吸菸者吸入肺部後再吐出來的煙霧，由於空氣供應充足，燃燒完全，溫度可達950度，約佔二手菸的15%。



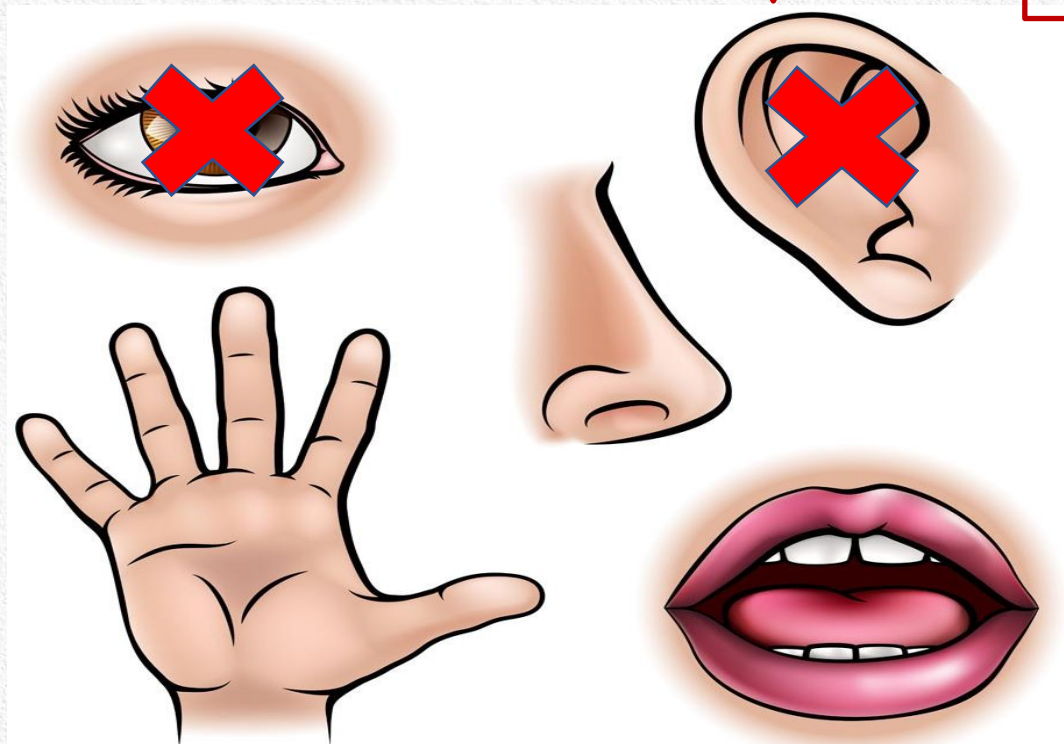
側流菸煙

由悶燒的菸草不完全燃燒而直接逸入空氣中，溫度僅達350度，約佔二手菸的85%。

三

二手菸

煙霧中有害物質不斷釋放到空氣中，其中尼古丁會黏附在家具、牆壁、地毯等物品上，和空氣中的臭氧、亞硝酸行化學反應後產生致癌物質，更會附著在皮膚、毛髮等表面



電子煙





- 一、樣式：無法辨識如隨身碟
- 二、口味：多變化如牛肉麵
- 三、五大危害：報你哉
1. 會成癮 2. 易中毒
3. 致癌物 4. 易爆炸 5. 毒品添加



電子煙



易成癮

多危害

損健康

五大危害報你哉

1 會成癮

有尼古丁，具高度成癮性，無助戒菸。

3 常爆炸

具爆炸危險性，自燃爆炸事件頻傳。

2 易中毒

含高濃度尼古丁，易過量造成中毒。

4 恐致癌

含一級致癌物：甲醛、亞硝酸胺。

電子煙油 1 小瓶

尼古丁含量
約 200 支菸  等於  X10 倍

5 添禁藥

市售來源不明，易添加大麻、安非他命等毒品。

成分不明



免費戒菸專線

0800-63-63-63

製造、輸入與販售電子煙均屬違法

本經費係由於菸捐支應

 彰化縣政府

 彰化縣衛生局

關心您

廣告





加熱式菸品 IQOS



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

菸害防制法



**未滿18歲不得吸菸
及禁止供應其菸品**



禁止迫誘孕婦吸菸

菸害防制法新規定 ~ 98年1月11日起

室內工作與公共場所全面禁菸



戒菸資訊

醫療院所 戒菸門診

用藥補助自付 ≤ 200元
(最多4週)
每個療程補助8週

戒菸班



就從戒菸開始

免費戒菸專線 **0800-636363**



國民健康局 關心您

為愛熄菸

5/31世界無菸日

No Smoking.



健康優先，趕緊戒菸。



31ST MAY



WORLD NO TOBACCO DAY

WORLD

WORLD NO TOBACCO DAY

菸害申訴服務中心0800531531