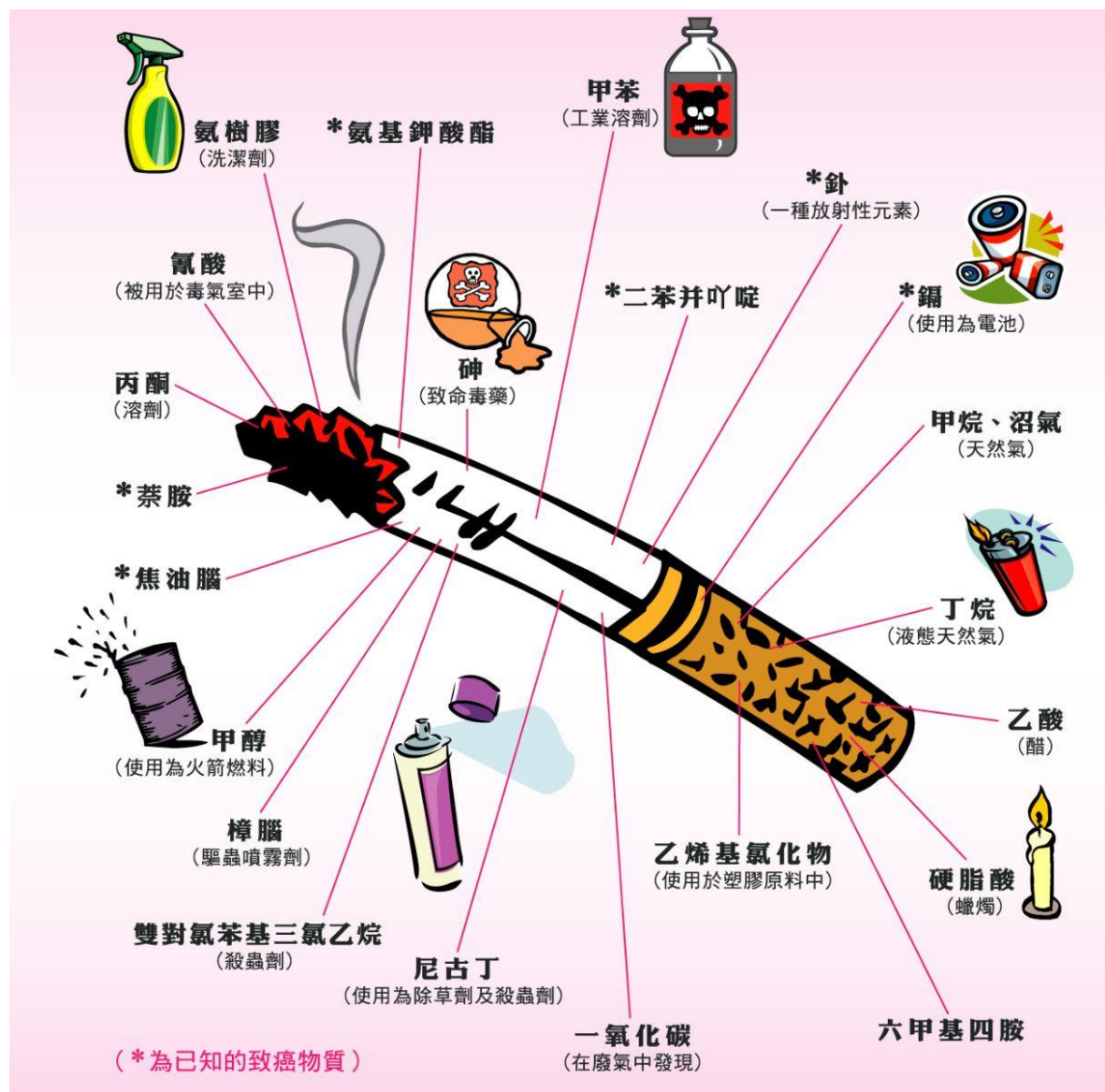


遠_リ離_カ菸_ヲ檳_ヲ酒_ヲ，
戒_セ就_ヌ對_ス冬_ニ了_セ！

(低_カ年_ヲ級_ニ)



認識菸害



紙菸的菸煙中有7,000多種化學物質，其中93種致癌成分中有15種被國際癌症研究署列為「**第一級致癌物**」。



菸品對青少年及兒童的危害

尼古丁影響中樞神經及全身



吸菸後的菸癮妝



什麼是二手菸、三手菸？

認識菸害
什麼是一手菸、二手菸、三手菸？

一手菸
吸菸者將香菸直接吸入肺部，香菸經過燃燒可產生7,000種化學物質，至少有70種已知的致癌物。

二手菸
已點燃的香菸或吸菸者呼出的煙霧，被聯合國世界衛生組織列為「頭號的致癌物質」！

三手菸
指菸熄滅後在環境中殘留的污染物。當菸品燃燒後會釋出潛在的毒性化合物，附著於頭髮、地毯、窗簾、衣服、食物、傢俱等，長期接觸或吸入這些污染物，會增加罹癌風險！

二代戒菸
補助升級助您好戒！
戒菸諮詢專線
0800-63-63-63
嘉義市政府衛生局 關心您

二手菸危害

急性危害

刺激鼻、眼、呼吸
道，造成不適。



慢性危害

增加肺癌、鼻咽癌、
腦癌、氣喘等風險。

三手菸危害

三手菸



含亞硝酸等
至少11種致癌物質
殘留在環境中可達6個月

對嬰幼兒及寵物的危害大



造成
認知能力缺陷



增加
哮喘發作機率



增加
中耳炎風險



增加
皮膚炎、口腔
癌、淋巴癌風險

打^{ㄉㄚˇ}造^{ㄓㄠˋ}無^{ㄨˊ}菸^{ㄘㄢ}環^{ㄅㄢ}境^{ㄓㄥ}， 拒^{ㄐㄩˋ}菸^{ㄘㄢ}從^{ㄘㄨㄥˊ}你^{ㄣㄩˇ}我^{ㄨㄟ}做^{ㄓㄨㄟ}起^{ㄘㄩˇ}



菸害防制新法上路-全面禁止電子煙



菸害防制新法上路 - 未滿20歲不得吸菸

禁菸年齡 
未滿20歲

+2歲 

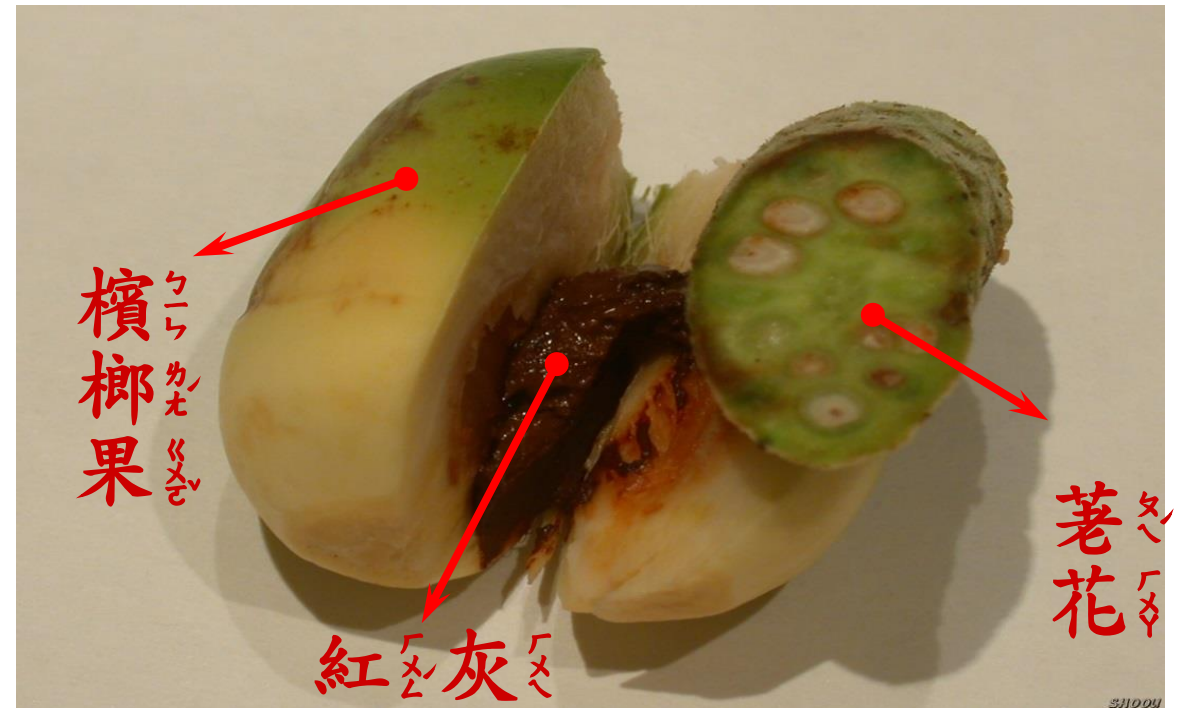
- ⚠ 78.3%吸菸者在20歲前第一次吸菸
- ⚠ 提高禁菸年齡是國際趨勢
如美國、新加坡、日本、泰國



檳榔危害防制—— 檳榔成分

檳榔果：富含「檳榔素」及「檳榔鹼」，
這兩種物質會讓口腔長腫瘤並破壞口腔

配料：石灰和荖花是我
的好朋友，會讓嘴巴發
炎受傷



這樣，你還敢吃檳榔嗎？



我的牙齒受傷了

— 牙齒變黑、磨損、動搖、牙齦萎縮及牙周病



• 可怕的是，檳榔讓我的嘴巴慢慢的長出可怕的東西～

原來是可怕的**口腔癌**！

飲酒危害防制——拒絕飲酒人生



拒_レ賣_ル酒_ヲ予_レ未_ハ滿_ル18歲_ハ者_ヲ！ 保_ル護_ル兒_ノ童_ヲ及_ビ青_少年_ヲ

Q： 小_ト明_ヲ未_ハ滿_ル18歲_ハ， 是_ハ否_ニ可_ク以_テ飲_ム酒_ヲ？

A： **當_レ然_ル不_レ行_フ！**兒_ノ童_ヲ及_ビ少_年不_可以_テ飲_ム酒_ヲ， 任_ハ何_ノ人_モ不_可以_テ供_グ應_ム酒_ヲ給_フ兒_ノ童_ヲ及_ビ少_年， 違_ハ者_ヲ將_リ依_テ規_定以_テ新_臺幣_ヲ1萬_ノ以_テ上_ル5萬_ノ元_ヲ以_テ下_ル處_ニ罰_ス。

「菸 + 檳 + 酒」 口腔癌 機率 激增 123 倍！

不良嗜好	致癌倍率
無不良嗜好	1 倍
嚼檳榔	28 倍
酗酒 + 嚼檳榔	54 倍
吸菸 + 嚼檳榔	89 倍
	123 倍

資料來源：
衛生福利部

高雄醫學大學 葛應欽教授 1995 年發表於「口腔病學及口腔內科學雜誌」

結語

- 吸菸傷身且有害健康，電子煙無法幫助戒菸。
- 有意願戒菸者應尋求專業醫療管道或善加利用免費戒菸專線 **0800-636363**。
- 戒癮諮詢專線 **02-28099595**
- 酒癮治療諮詢服務專線 **03-3325880**



三個**63**，戒菸有靠



0800-636363