

二手菸的危害

香菸燃燒過程會產生二類煙流：

- **主流煙**：吸入過程產生的煙，由於空氣供應充足，燃燒完全，溫度可達 950 °C。
- **側流煙**：靜置燃燒產生的煙，燃燒不完全，溫度僅達 350 °C。



主流煙與側流煙釋出物質之比較：

物質	主流煙／支	側流煙／支	側／主 比值
菸鹼	0.79	5.6	7.1
一氧化碳	11.3	54.1	4.8
氮氧化物	0.23	0.9	3.9
甲醛	0.02	0.73	36.5
氰化氫	89.0	53.3	0.6
苯	45.2	299	6.6

(毫克)

吸煙危害吸煙者本身健康，二手煙也影響非吸煙者。除了刺激眼、鼻和咽喉外，也會造成：

1. 明顯的增加非吸煙者患上肺癌和心臟疾病的機會。
2. 大大增加兒童患呼吸疾病的機會。如果兒童與一些吸煙人士同住的話，他們的呼吸系統會較容易受到感染。
3. 增加咳嗽、氣喘、痰多、損壞肺部功能和減緩肺部發育。

由於側流煙不完全燃燒，故產生較多有害氣體及致癌物質。而二手煙由二手煙 = 主流煙+側流煙所組成。美國環保署研究指出，香菸的「側流煙」中有害物質的含量比「主流煙」高出 20 倍以上。因此，二手煙 = 主流煙+側流煙 = 更毒

吸菸造成的傷害 <資料來源：光田綜合醫院柯萬盛主任整理>

1. 癌症：由直接或間接產生，如肺癌、喉頭癌、咽頭癌、食道癌等。
2. 呼吸系統疾病：由於吸菸對粘膜損害而造成肺泡結構性改變，而造成慢性支氣管炎及肺氣腫。
3. 吸菸與心臟血管疾病：容易造成高血壓末梢血管阻塞記憶力減退。
4. 吸菸與消化系統疾病：吸菸抑制胰臟分泌，而造成十二指腸及胃潰瘍。
5. 吸菸對生理機能之影響：容易造成畸型兒、不孕症、早產、胎兒體重降低。
6. 吸菸對周邊人的傷害：吸二手菸的肺癌死亡率較一般不常吸二手菸，增加一倍。
7. 男性生殖系統異常：造成精子染色體異常，導致流產及畸形。一天抽菸超過 20 根量者，其小孩罹患癌症機率比一般人高 42%，吸菸使精子數量減少，且會減少陰莖的血液流量引起不孕及陽萎。