

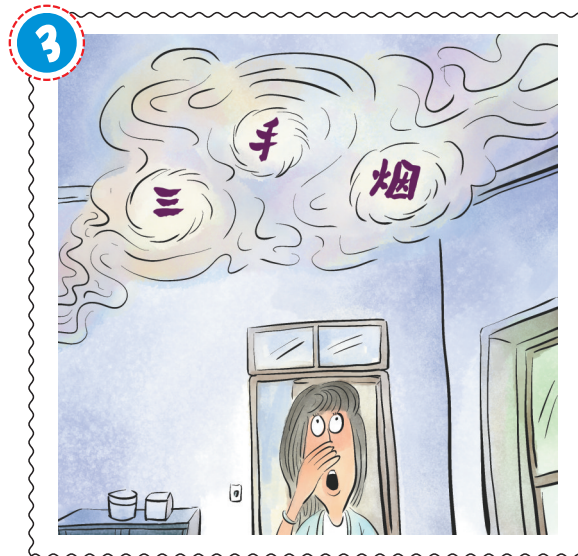
为什么要严控二手烟



在公共场所,你是否曾猝不及防吸入二手烟?医学专家提醒,二手烟比想象中危害更大。他们呼吁通过控烟立法、科普宣传、公众增强防范意识多管齐下,你我共同拒绝“这支烟”。



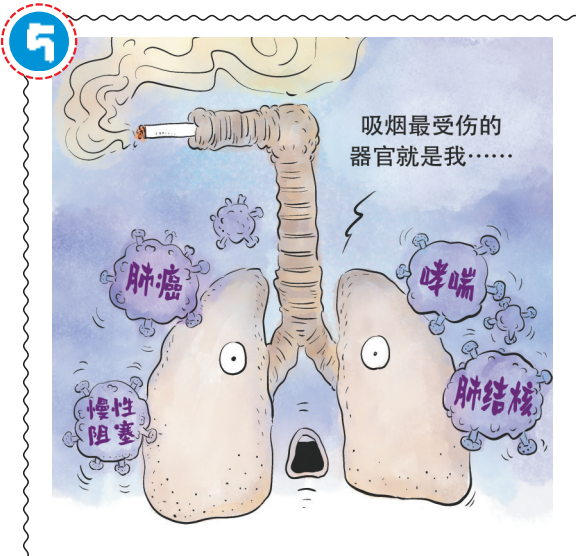
“二手烟”也称环境烟草烟,既包括吸烟者吐出的主流烟雾,也包括从烟斗、纸烟或雪茄中直接冒出来的侧流烟雾。侧流烟雾中有害物质浓度往往高于主流烟雾,如尼古丁高2.6倍至3.3倍。



“三手烟”是指吸烟者在将烟熄灭后的一段时间内,烟雾在室内建筑和物体表面以及灰尘中残留的有害物质,包括尼古丁衍生物、致癌物、重金属、辐射物质等。“三手烟”可在室内持续较长时间。



烟草危害已成为最严重的公共卫生问题之一。数据显示,我国吸烟人数超过3亿,每年100多万人因烟草失去生命。而二手烟中包括至少250种有毒有害成分,其中至少含有69种致癌物。



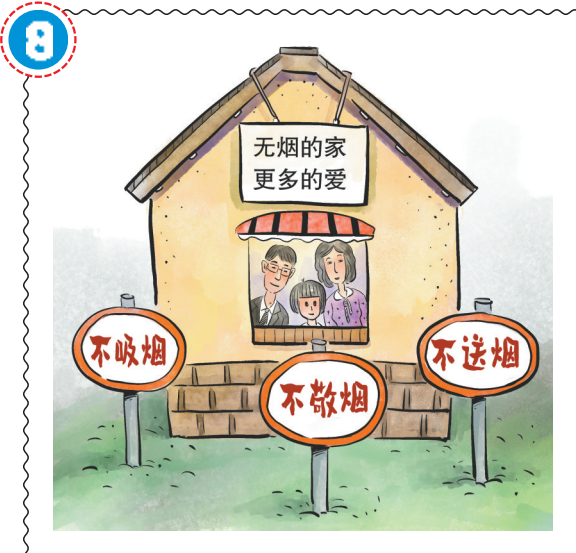
中日友好医院控制吸烟与呼吸疾病防控部主任肖丹说:“有充分证据说明二手烟暴露可以导致肺癌、冠心病,并与乳腺癌、鼻窦癌、结直肠癌、慢性阻塞性肺疾病、脑卒中等多种疾病的发生有关。”



对于“有人一辈子吸烟却长寿”的错误观点,中国医学科学院阜外医院主任医师楚建民解释:“吸烟者长寿”是“幸存者偏差”,研究表明,每天仅吸一支烟,也会使男性和女性患冠心病风险分别增加74%和119%。



对戒烟人群而言,戒烟8小时后味觉就会改善,一年后患冠心病的风险会降低50%、肺癌的发生率是继续吸烟者的30%至50%,15年后冠心病的发病风险与正常不吸烟者相似。相关专家认为要从上述多个角度宣教戒烟。



记者从中国控烟与健康协会了解到,由该协会发起的“无烟的家,更多的爱”项目自2024年5月启动以来已吸引112万个家庭签署无烟承诺书,其中,“小手拉大手”活动推动76%的参与家庭实现家长戒烟或不在家吸烟。



当前,二手烟防控仍面临“游烟”等挑战。中国控烟与健康协会副会长支修益建议:将地铁出入口、公交站等户外人员密集区域纳入控烟法规覆盖范围;在二手烟多发公共场所,设立禁烟标志,并对吸烟行为进行及时劝阻。

◎文/新华社 漫画/杨仕成

◎ 华西都市报副刊“少年派”定位于亲子共读刊物,设有作文版、少儿新闻版、科普读物版、漫画版,每周星期一至星期五,都有精彩好看的内容呈现。
◎ 让有温度的纸质阅读,助力孩子养成良好阅读习惯,提升核心素养。

订阅热线:028-86969110
大家也可以通过微信小程序中国邮政微商城搜索《华西都市报》,即可订阅。
欢迎小朋友向我们投稿! 投稿邮箱:shaonianpai@thecover.cn
你投来的每一篇文章,都有机会被大家看到! 快来投稿吧!