



Department of Education

Department of Health

電子煙 危害知多少

電子霧化器通常被稱為“電子煙”，是一種將汽化的煙液送入肺部的電子裝置。電子煙有許多不同的樣式，有的甚至難以辨認出是電子煙。

電子煙主要成分是丙二醇、植物甘油或甘油，通常還含有尼古丁、香料和其他化學物質，裡面可能還含有包裝上沒有列出的有害化學物質。

人們對電子煙最大的誤解是，比起香煙，電子煙安全無害。大錯特錯！**電子煙並不安全。**

電子煙有何危害？



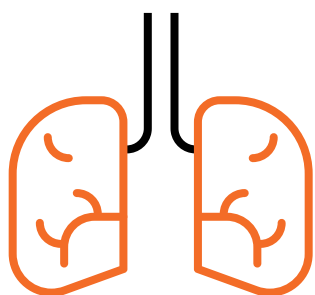
許多電子煙含有尼古丁，所以
非常容易上癮



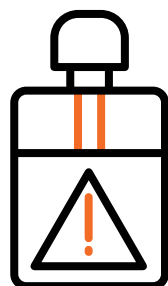
一支電子煙中的尼古丁
= 50
支香煙



吸電子煙的青少年開始吸煙的可能性較正常
高2倍。



與
嚴重的肺病
有相關性



電子煙中可能含有與清潔劑、洗甲水、除草劑和殺蟲劑成分相同的**有害化學物質**

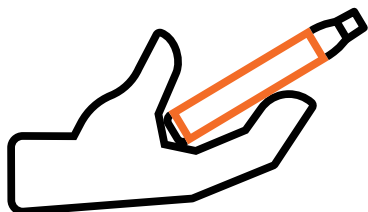
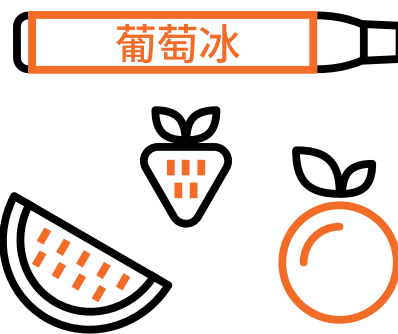


電子煙樣式各種各樣，
極具隱蔽性

電子煙吸引青少年

電子煙豐富多樣的口味，如西瓜、葡萄、焦糖、泡泡糖、香草和薄荷，和五顏六色的包裝尤其吸引青少年。**許多電子煙還含有尼古丁，讓青少年很快上癮。**

煙草公司一直在挖掘新客戶，而電子煙正是讓青少年對尼古丁上癮的一種新手段，而尼古丁通常很難戒掉。

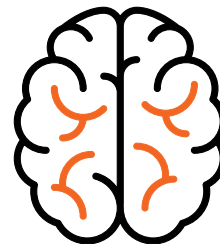


這個問題有多嚴重？

正如你可能聽說的，電子煙在青少年中越來越風靡。研究顯示，在西澳，**12至17歲的學生中有13.5%嘗試過電子煙。**

在嘗試過的人中，有三分之二（66%）在過去30天內沒有吸過電子煙。吸電子煙的青少年開始吸煙的可能性較正常高2倍。

尼古丁會傷害青少年



尼古丁是一種電子煙中常見的毒性物質，對青少年的大腦而言具有高度成癮性。

它會對大腦發育造成長期的負面影響。

尼古丁會改變青少年大腦突觸形成的方式。

影響可能包括損害注意力、學習能力、記憶力，以及情緒改變。

對身體和精神健康的風險

電子煙可能使年輕人接觸到化學品和毒素，其水平有可能對健康造成負面影響。

電子煙會使青少年的抑鬱和焦慮風險增加。吸電子煙也與嚴重的肺病有關。

重要的是，電子煙的許多長期危害仍然是未知的。電子煙中的液體和蒸汽不是水。

吸煙者可能會使青少年接觸到：

- 與清潔劑、洗甲水、除草劑和殺蟲劑成分相同的有害化學物質。
- 甲醛和重金屬等有毒物質。
- 可被吸入肺部深處的超細微粒。
- 調味增香的化學劑，如雙乙醯（與嚴重肺病有關）。

據瞭解，電子煙甚至會爆炸，造成嚴重燒傷。



電子煙有何危害？

在西澳銷售電子煙相關的法律

據報導，青少年經常在網上、從零售店或從社區的朋友和“認識的人”那裡購買帶電子煙。但在西澳，向任何年齡的人出售電子煙設備和尼古丁吸食產品都是非法行為，除非這些產品經醫生為戒煙目的而開出處方，並從藥店購買。

在西澳，無論是否含有尼古丁，電子煙設備及其部件都禁止由煙草或普通零售商出售。向學校或社區的朋友出售電子煙也是違法的。如果你懷疑有人在出售電子煙及其部件，你可以通過電子郵件 (TobaccoPolicy@health.wa.gov.au) 向衛生部(Department of Health)舉報。

你的孩子在吸嗎？

你可能並不知道孩子在吸電子煙，因為電子煙體積很小，看起來很像螢光筆、鋼筆和U盤等普通物品，它們也幾乎沒有煙味。

你的孩子可能正在吸電子煙的蛛絲馬跡包括尼古丁成癮症狀，比如表現出煩躁或焦慮。如果發現孩子在吸電子煙，鼓勵他們停止這種行為，並讓他們知道可以得到幫助，你會給與支持。戒煙有時會很困難，孩子可能需要全科醫生的建議。

你自己不吸香煙和電子煙，樹立一個好榜樣，也是有幫助的。



害人的誤導性標籤

電子煙上往往沒有標籤或標註錯誤的資訊。

標籤上可能寫著電子煙不含尼古丁，但這些產品中很多都含有尼古丁和很多其他化學物質。

電子煙只是不把危害在包裝上標註出來。



與孩子溝通很重要

如果你懷疑孩子在吸電子煙，務必花點時間與他們談談，幫助他們瞭解所有的風險。

由於吸電子煙在學校裡很常見，他們可能認為這是一件正常或安全的事情，但事實並非如此。

讓孩子知道吸電子煙的風險非常重要。儘量以輕鬆的方式與孩子開始溝通，也許可以從周圍獲得線索，比如學校的一張傳單、有關的新聞報導，或者在街上看到有人吸電子煙時。提前準備好你要溝通的內容。



電子煙有何危害？

education.wa.edu.au



Department of Education

Department of Health

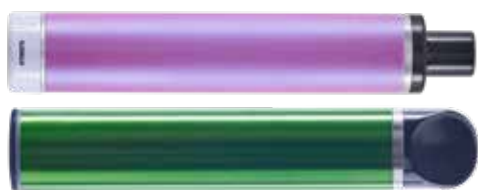
電子煙 危害知多少

市面上有許多不同樣式的電子煙。

人們對電子煙最大的誤解是，比起香煙，電子煙安全無害。

大錯特錯！電子煙並不安全。電子煙往往很隱蔽，因為看起來很像螢光筆、記號筆和U盤等普通文具。說明保護青少年免受電子煙危害的第一步，是認識不同形狀和類型的電子煙。

常見的電子煙樣式



青少年最常使用的是一次性電子煙，一支可以吸300到4000多口，價格通常從15元到50元不等，取決於其中包含的“口數”。這些電子煙中許多都含有尼古丁，儘管往往不會標明。



電子煙也可以採用可注油或“煙彈”的形式，用電子煙液或含有電子煙液的新煙彈來補充。

電子煙有何危害？

education.wa.edu.au