

清新健康人協會支持政府加強一系列控煙措施

曾經，本人是一位擁有三十多年煙齡的吸煙人士，直至 1995 年我終於下定決心戒煙，最終贏回了歡樂的健康家庭生活。我希望將這份無煙的喜樂帶給所有吸煙人士，所以集合了一群成功戒煙人士和從事醫護界的朋友，創辦了「清新健康人協會」，致力推動戒煙。協會一直積極參與香港各項控煙工作，亦十分支持政府的控煙政策，包括最近提出的三項措施，以保障市民健康。

世界衛生組織總幹事陳馮富珍醫生鼓勵各國擴大圖象警示至煙包面積 85%，以增加控煙成效。研究亦證實煙害圖象警示能有效減低吸煙的吸引力、提高吸煙人士的戒煙意欲，並預防青少年開始吸煙。我認為擴大圖象警示面積可喚起全港市民關注煙草對健康帶來的禍害，同時防止煙草商利用煙包建立品牌形象及宣傳推廣。

此外，將隧道出入口範圍的巴士轉乘站劃為禁煙區實為明智之舉，因轉乘站人流密集，若附近有人吸煙，候車市民難以躲避，將此範圍劃為禁煙區，可保障市民免受二手煙的危害，亦可減少對正在戒煙人士的引誘。

電子煙近年於全球冒起，根據美國疾病控制與預防中心的研究，美國中學生使用電子煙的人數在 2013 至 2014 增加了三倍，而此風氣亦開始於香港冒起，情況令人憂慮。電子煙製造商亦混淆視聽，包裝均沒有列明詳細成份，只標榜不同口味，並配以「幫助戒煙」、「不會上癮」及「已獲認證」等誤導字眼，吸引好奇的青少年使用。作為一個過來人，戒煙主要靠意志及決心，使用電子煙作為煙仔替代品是自欺欺人的做法，只會減低戒煙的決心。更其的是，如若任由青少年開始吸食電子煙，他們踏上吸煙的路途亦不遠矣。

本人曾經誤墮吸煙陷阱，幸及時醒悟，才能體會無煙生活的可貴，保障自己及家人的健康。所以本人十分支持政府的三項加強控煙措施，以防止青少年吸入第一口煙及鼓勵吸煙者戒煙，一同做個清新健康人。

清新健康人協會主席
黃龍德 BBS 太平紳士