

THE UNIVERSITY OF HONG KONG  
School of Nursing



4/F William M W Mong Block  
21 Sassoon Road, Pokfulam, Hong Kong

TEL : (852) 3917 6600  
FAX : (852) 2872 6079  
EMAIL : nursing@hku.hk  
WEBSITE : www.hku.hk/nursing

Head of School:

Professor Agnes Tiwari  
DN (London); MSc (Surrey); PhD (Wollongong);  
RN; RCNT; RNT; FAAN; CMgr FCMI

致立法會衛生事務委員會：

立法會CB(2)584/16-17(37)號文件

「支持擴大煙包警示圖像面積」意見書

吸煙人士因吸煙而提早死亡的機會是 50%，兩個煙民，其中一個會被煙草殺害。對於年輕吸煙、煙量大、煙期長，每 3 個吸煙者，就有 2 個死於吸煙。本港 29 歲以下青少年的吸煙人數有 7 萬多，其中 4 萬 6 千個會被煙草殺死。

研究發現有一半以上的青少年開始吸煙的原因是受好奇心或朋輩影響。他們認為有關吸煙的疾病於吸煙十數年後才浮現，往往忽視戒煙的急切性。此外，他們對煙害的認識並不多，有些青少年更覺得吸低焦油或低尼古丁是戒煙以外的安全做法。其實煙草在燃燒時會釋放出包括焦油、尼古丁及一氧化碳等有害物質的煙霧。這些煙霧含有 7,000 多種有害化學物質，如山埃同砒霜。當中超過 70 種物質更是致癌物，包括亞硝酸胺、乙醛、鉻等，這些毒素一旦進入身體，便會即時破壞各個器官，嚴重損害健康。另外，青少年對吸煙或戒煙亦存在很多謬誤，如吸煙可幫助提神、舒緩情緒或減壓等等，這些觀念都大大減低他們的戒煙意欲。吸煙青少年大多持續吸煙至中年，到時他們煙癮會愈來愈深，戒煙便會愈難。可見預防青少年開始吸煙和協助青少年戒煙是十分重要。

青少年普遍較容易受新潮的廣告及時尚的包裝所吸引。煙包擴大圖像警示面積至最少 85% 及增加圖像警示式樣數目至十二個，一方面可防止煙草商利用煙包宣傳，避免青少年受煙包的宣傳圖像及時尚包裝吸引開始吸煙，另一方面能更具阻嚇性及更全面地提醒青少年吸煙的禍害。「半數煙民因煙草失去生命」的警示亦可明確地讓青少年知道吸煙對他們生命的嚴重危害。戒煙對於煙民並非一件輕易的事，很多時會因心理或生理的原因，而最終放棄。煙包上加上戒煙熱線，當青少年戒煙遇上困難時，可輕易知道戒煙熱線號碼尋求幫助，獲得適當的輔導，協助他們成功戒煙。

港大青少年戒煙熱線是香港第一條專為 25 歲或以下青少年吸煙者而設的戒煙熱線，十年來培訓了超過 400 個戒煙輔導員，致力幫助青少年戒煙，脫離煙草的毒害，重拾健康身心。我們呼籲政府大量增加資源，致力宣傳戒煙，擴大戒煙支援服務和推行加強控煙措施，預防青少年吸煙及幫助青少年戒煙，減少醫療負擔及人命損失。

王文炳博士  
香港大學護理學院  
青少年戒煙熱線

二零一七年一月十日