

Newsletter of the

2021 年2月  
总第160期

第1期

# 中国吸烟与健康通讯

中国  
吸烟  
与健康

Chinese Smoking and Health

## 文明**健康**过年

文明健康 有你有我

农历辛丑年



内部报刊准印证Z 2025-921198

内部资料 双月刊20日出版



中国控制吸烟协会

Chinese Association on Tobacco Control

# 目录

## 控烟焦点

1. 控烟，你还在观望？那就来看看这些
3. 腾讯微信表情包“戒烟”了，中国控烟协会：不吸烟的表情包更健康更时尚
4. 无烟健康年：牛年你戒烟了吗？
6. 中国电子烟用户从哪来？中国疾控中心：97%是男性，超96%是烟民
7. 中国呼吸学科发展大会召开 专家：我国控烟戒烟迫在眉睫
9. 丁真吸烟，凸显青少年控烟任重而道远
10. 中国学者研究：过去20年40%的国家在青少年控烟方面毫无进展
13. 远离慢阻肺 从戒烟开始
14. 控烟成全球趋势，“减害”成为烟草行业共识

## 国内控烟资讯

15. 新的一年，重庆公共场所开启全面控烟
20. 深圳去年共接收2530起控烟投诉，餐饮服务场所高居榜首
22. 上海超计划完成无烟党政机关建设任务，已有36家通过规范化建设的戒烟门诊
23. 济南市人大常委会今年立法计划出炉，公共场所控烟条例位列其中
24. 沈阳铁路局：部分普速列车实行全列禁烟

## 国际控烟资讯

25. 德国政府计划再次提高烟草税  
美国研究称电子烟不应被视为普通烟草制品的安全替代品  
澳洲严禁携带电子烟入境，违者重罚最高\$22万澳币！
26. 印度计划修改烟草控制法  
韩国研究：80%电子烟用户曾在禁烟区偷吸电子烟
27. 佛罗伦萨拟在部分户外公共场所禁烟

## 科学研究

28. 睡眠不足、被动吸烟也是近视眼元凶
29. 被动吸烟对儿童健康的危害
30. 新冠病毒对肺部的损伤比长期吸烟更严重，可造成肺部结疤





## 控烟，你还在观望？那就来看看这些

中国 **10亿** 成年人中有 **28.1%** 吸烟，中国成年男性中 **52.9%** 吸烟，成年女性中 **2.4%** 吸烟。每天有 **3000** 人、每年超过 **100万** 人，死于吸烟相关疾病。中国超过 **7亿人**（包括 **1.8亿** 儿童）每天至少接触一次二手烟。吸烟有害健康，吸烟，不是“时尚”，是需要戒除的“瘾”！在控烟方面，我们一起来听听专家怎么说？



那么  
吸烟有害健康  
具体体现在哪里呢？

### 传染性疾病

吸烟会对呼吸系统造成损伤，使机体更难抵御呼吸道的感染，并会增加呼吸道疾病的严重程度。



### 慢性疾病

吸烟可导致气管炎症和哮喘，增加呼吸道感染的风险，也是慢性阻塞性肺疾病的主要诱因。其次受危害的是心血管系统。吸烟与冠心病、高血压、脑血管病和周围血管病变的风险增高有关。此外，吸烟还与众多肿瘤、骨质疏松、糖尿病、老年痴呆、皮肤老化等健康问题有关。

### 二手烟雾同样有害

在烟草烟雾中约有**7000**多种化学物质，其中至少**250**种已知有害，至少**69**种已知可致癌。二手烟草烟雾没有安全接触标准。

父母吸烟，以及儿童期二手烟暴露，不仅有可能导致肺功能异常、慢性呼吸道症状、哮喘、免疫功能损伤、体重超标、耳部疾病和婴儿猝死综合征等，还可能使儿童出现行为、态度及情感方面的障碍。除此之外，儿童期的二手烟暴露，还与成年期的健康问题有关。而且，在家庭中接触二手烟雾的青少年可能开始吸烟的几率要比那些未接触的人高**1.5~2**倍。

### 什么是三手烟

三手烟是指吸烟者在把烟熄灭几个小时甚至几天后，其自身头发和衣服上，包括周围环境如地毯、靠垫、墙壁、家具上残留的香烟气味以及有害物质微粒。我们虽然看不见三手烟，但是却可以闻到三手烟的异味。这些有害物质会通过皮肤接触、呼吸吸入和饮食摄入等方式进入人们的身体，危害人体健康。



## 电子烟并不安全

对任何吸烟行为都要心存警惕，吸烟与健康之间，并没有“两全其美”的办法。比如电子烟，电子烟并非没有危险，它同样会产生有毒物质和污染物，引发机体的病变。电子烟不仅对戒烟的效果尚不明确，而且会增加烟草使用的可能性。

## 戒烟，是应对烟草危害的唯一办法

面对烟草使用带来的威胁，戒烟是唯一的应对办法，不仅保护吸烟者自身的健康，也减少了二手烟、三手烟对他人的危害。戒烟后20分钟内，增高的心率和血压就会下降；12小时后，血液中的一氧化碳浓度降至正常；在2~12周内，循环系统出现改善，肺功能得以提高；1~9个月后，咳嗽和气短症状会有减轻。

## 什么时候开始戒烟都不算晚！

50岁和60岁时戒烟，还可以赢得6年和3年的预期寿命。戒烟1年后，戒烟者发生冠心病的风险大约降低50%；戒烟10年后，戒烟者肺癌发病风险可以降至持续吸烟者的30%~50%；戒烟15年后，发生冠心病的风险就可以降至与从不吸烟者相同的水平。

## 青少年更要保持警惕！

### 请输入

在如此严重的健康威胁下，全球仍有13亿烟草使用者，青少年成为了烟草消费的“潜在人群”。为保护青少年，防止他们使用烟草和尼古丁，抵御烟草广告和社交媒体中吸烟形象的影响，成为脱离烟草“掌控”的一代人，世卫组织提出我们需要警惕烟草行业针对青少年的各种具有“吸引力”增加吸烟行为的策略，让青少年充分认识到烟草对健康的危害，争做无烟的下一代。



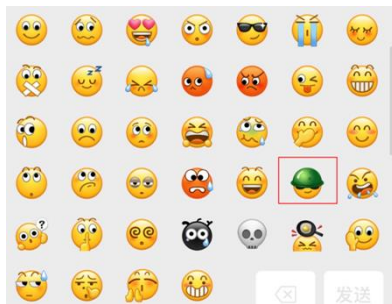
吸烟不是一种值得追求或模仿的“时尚”行为  
我们要坚定地对烟草使用说“不”。

来源 北京市疾病预防控制中心 北京朝阳健康教育 无烟中国



## 腾讯微信表情包“戒烟”了， 中国控烟协会：不吸烟的表情包更健康更时尚

“微信里大兵叼烟的表情终于戒烟了。”一位北京控烟协会志愿者告诉健康时报记者，这一结果，我们等了4年。



自2011年，微信上线“Emoji”表情以来，“悠闲”这一表情一直是一个“叼着烟头的大兵”卡通形象。健康时报记者最近检索发现，烟头不见了。不少老百姓纷纷点赞，“连微信表情都戒烟了，你还在等什么？”、“饱受烟害十年的大兵，终于健康了。”……

“吸烟有害健康，不抽烟的大兵表情，更时尚，更健康。”中国控烟协会副会长廖文科告诉健康时报记者，这是一个好事，说明我们国民控烟意识越来越强。此举背后不仅是北京市控烟协会的努力，更是10年来，全社会推动控烟工作、宣传普及吸烟有害科普知识的结果。

2017年，北京控烟协会志愿者向北京市控烟协会反映网络软件表情包“抽烟”的问题。“这些软件在日常生活中使用频率非常高，每一次发送都会产生潜移默化的影响，有诱导青少年吸烟的倾向。”北京市控烟协会会长张建枢介绍。此后，北京市控烟协会立刻与北京市网信办沟通，推动各个平台下架吸烟的表情包。

2017年9月，新浪微博首先撤除吸烟表情；同年11月，腾讯QQ客户端取消吸烟表情。

张建枢介绍，协会曾经给马化腾发过邮件，也给微信的创始人张小龙发过邮件反映这个问题。当时腾讯的很积极，但因为技术成本太高，需要等待一个更新版本的机会。

2021年2月28日，微信更新版本，“戒烟”版表情包上线。



吸烟是目前医学界可明确导致肺癌的最主要的原因之一，全球三分之二以上的肺癌死亡由吸烟所致，肺癌与吸烟强度(吸烟量)和持续时间呈正相关。据估计，约有70%的肺癌、42%的慢性呼吸系统疾病和10%的心血管疾病归因于吸烟。烟草燃烧后会产生七千多种化学物质，几百种有害物质，致癌物质至少有69种。①

廖文科告诉记者，互联网烟草营销和广告信息问题值得关注。我们发现在互联网上烟草软广或者植入的情况比较多见，因此，呼吁有关部门对此现象进行严厉执法与打击。

廖文科表示，下一步，要继续深入开展控烟宣传教育，让广大群众知晓吸烟有害健康，吸二手烟也有害健康。通过普及吸烟有害的知识，让吸烟者尽早戒烟，尚未戒烟的吸烟者自觉不在公共场所吸烟，不去危害他人的健康。也要让公民增强保护自己健康的意识，对在公共场所的吸烟者要主动进行劝阻。

中国疾病预防控制中心控烟办公室主任姜垣表示，帮助吸烟者戒烟，重要的是改变社会风气，社会风气的改变是控烟最重要的措施。未来，这种能改变社会风气的举动越来越多，也希望国家加快履约步伐，制定法律，全面禁止烟草广告促销和赞助。下更大力度改变社会风气。

#### 参考文献：

① 董海原、王炳彦、荣曼等. 控烟形势严峻努力不能停歇——烟草危害中华民族的隐忧. 健康向导, 2016. 05



## 无烟健康年：牛年你戒烟了吗？

**央视网消息：**烟草烟雾中含有多种已知的致癌物，有充分证据表明吸烟可以导致多种恶性肿瘤，还会导致呼吸系统和心脑血管系统等多个系统疾病。烟草对健康的危害，是全球面临的主要公共卫生问题之一。

我国现有吸烟者逾3亿，每年因吸烟相关疾病所致的死亡人数超过100万，因二手烟暴露导致的死亡人数超过10万。烟草流行趋势依然严峻，每年给我国造成了巨大的社会负担。



2019年，我国实施“健康中国行动”，将控烟行动的目标和方法推向了一个新的高度。一年多来，紧紧围绕推进健康中国建设的总体目标，推动控烟各项工作扎实推进。

我们每个人是自己健康的第一责任人，对家庭和社会都负有健康责任。值此新春佳节之际，在健康中国行动推进委员会办公室指导下，央视网推出“无烟健康年”系列海报，来听听医者的控烟心里话。（策划 张恪恣 设计 石天馨 校对 宋春燕）





## 中国电子烟用户从哪来?中国疾控中心: 97%是男性, 超96%是烟民

近日, 中国疾控中心在国际权威医学杂志《柳叶刀-公共卫生》上发表的最新论文中指出, 中国成人电子烟用户主要为传统烟民, 非烟民极少用电子烟。

中国疾控中心的本次研究共调查近40万成年人, 是首次从国家层面报告中国电子烟的使用现况和变化趋势。值得注意的是, 中国疾控中心主任高福、中国疾控中心慢病中心副主任周脉耕均在论文作者之列。

论文指出, 近年的中国电子烟用户主要为男性和烟民, 烟瘾大、想戒烟、了解吸烟危害的人选择电子烟几率更高。有业内人士指出, 这不仅表明电子烟的戒烟和减害作用已得到中国烟民的普遍认可, 更是对电子烟“是非烟民第一口烟”等谣言的有力反击。

“中国对电子烟的监管将影响1690万人的身体健康。针对特定人口量身定制政策和公共教育战略, 才是公共卫生界和决策者的当务之急。”作者在论文中强调。

### 中国电子烟用户烟民占比约96.2%

#### 电子烟不是“非烟民第一口烟”

本次研究采用的是中国慢性病和营养监测2015-2016年(189306人)和2018-2019年(184475人)的调查数据, 共包含近40万成年人, 样本量庞大且具有全国代表性。研究结果表明, 2015-2019年, 中国成人电子烟使用率从1.3%升至1.6%, 男性用户占比约97%。

烟民在电子烟用户中占比极高, 且电子烟新增用户中烟民的占比也不断上升。2015-2016年, 烟民在中国电子烟用户中占比约93%;2018-2019年, 烟民占比约96.2%, 即非烟民占比不足4%。作者用加权流行值进行了估算, 得出2018-2019年中国成年电子烟用户约有1690万人, 其中有1620万都是烟民。

“非烟民极少使用电子烟。”论文作者强调道。该结论也足以证明电子烟并非像某些专家所称的是“非烟民第一口烟”。

据悉, 为交叉验证这一结论, 研究团队还曾对全国373781名受访者进行过一次抽样调查, 结果显示, 在37万余名受访者中, 非烟民转为电子烟用户的人数仅有83名。





## 电子烟戒烟减害作用受认可

### 老烟民尤其青睐

除分析中国电子烟用户的基础比例特征外，本次研究还在性别、年龄、地区(城市或农村)、收入等维度对中国电子烟用户的使用模式进行了详细评估。值得一提的是，这其中有多项研究维度数据显示，电子烟非常受老烟民欢迎。

作者在论文中指出，电子烟对想戒烟的烟民、每天频繁吸烟的烟民，尤其是每天抽烟超过20支的烟民有更高的吸引力。可见，电子烟的戒烟和减害作用已得到烟民的普遍认可，他们希望通过改用电子烟来获得改变。

据《国际烟草控制政策评估项目(ITC项目)中国调查报告》，2009年-2014年，听说过电子烟的烟民比例已经从29%增加到60%，主动了解电子烟、改用电子烟的烟民持续增加。本次研究数据恰好源自2015-2019年，由此可在一定程度上得出结论：在切实了解电子烟后，越来越多的烟民选择使用电子烟戒烟和减害。

此外，与瑞典和美国的调查结果相反，受过高等教育或收入最高的中国烟民更可能用电子烟。

“我们的研究表明，在了解吸烟的危害后，非烟民更愿意使用电子烟。”作者补充道，“因此，我们呼吁公共卫生界关注电子烟对健康的短期和长期影响，对不同人群制定差异化的政策和公众教育策略。”

来源：南方网

## 中国呼吸学科发展大会召开 专家： 我国控烟戒烟迫在眉睫

“春节不买烟、不送烟，我们倡议大家一起过无烟新年。”1月16日至1月17日，中国呼吸学科发展大会在京召开。会上，中日友好医院呼吸中心副主任、烟草病学与戒烟中心主任肖丹等多位专家强调，我国控烟戒烟行动迫在眉睫。大会上，世界卫生组织驻华代表处技术官员印曦表示：“中国现有 3.08 亿烟民，约占全世界烟民总数量的三分之一。”

北京协和医院群医学及公共卫生学院执行院长杨维中也指出，烟草问题在全球尤其是我国很突出。最新调查数据显示，我国15岁及以上人群的吸烟率为 26.6%，我国每年超过 100 万人死于烟草相关疾病。



印曦称，吸烟增加了吸烟者及其周围非吸烟者罹患呼吸疾病、心脑血管疾病、癌症、糖尿病等疾病的风险。“此外，世界卫生组织发布的一份报告表明，在受新冠病毒影响的人群中，吸烟者发展为重症和出现死亡的风险更高。”

中国工程院副院长、中国医学科学院北京协和医学院院校长、世界卫生组织戒烟与呼吸疾病预防合作中心主任王辰院士表示：“有些国家经过控烟以后，肿瘤发病率和死亡率已开始明显下降了，造成肿瘤发病率和死亡率下降的第一位归因就是控烟。因此，控烟是减少肿瘤发病、减少肿瘤死亡最主要的、最可为的措施之一。”

专家表示，无论对有效防控新冠肺炎疫情，还是对推动健康中国建设而言，控烟问题迫在眉睫。“有效的烟草控制措施可以大幅度减少烟草带来的疾病和死亡，为此，需要确保足够的戒烟支持和提供戒烟相关帮助，并提高戒烟帮助质量。”印曦强调。

戒烟确实具有挑战性。“全世界约有7.8亿人表示想戒烟，但只有30%的人能获得可帮助戒烟的工具。全球大流行的新冠肺炎疫情又加剧了社会和经济的压力，使戒烟变得更为艰难。”印曦说。

世界卫生组织指出，新冠肺炎大流行促使数以百万计的吸烟者表示愿意戒烟。为此，2020年12月，世界卫生组织发起了为期一年的“承诺戒烟”运动，目标是支持至少1亿人戒烟。“承诺戒烟”活动将通过采取以下行动：倡导实行强有力的戒烟政策；增加戒烟帮助；提高对烟草行业策略的认识；强提高吸烟者的戒烟能力，宣传“戒烟就是胜利”的理念。

2018年，中国烟草成人调查报告显示，3亿多烟民中有16%愿意未来一年戒烟，意味着5000万烟民想在未来12个月戒烟。印曦说：“帮助他们成功戒烟，就能减少他们患呼吸系统疾病和其他疾病的风险。”

王辰也强调，吸烟问题的背后有复杂的社会、心理、生理因素共同发生作用，戒烟并非易事。“戒烟是综合的、复杂的，且涉及相关社会、经济、医学等方面问题的系统工程。”

“中国要把控烟搞好，一定要从最源头的烟草种植业入手。比如思考如何减少烟草产量、提高烟草税收，以及完成烟草业转型，建立更健康合理的产业结构。同时，在控烟相关心理、社会、法律、工作环境等方面也应有所作为。”王辰还指出，吸烟者自身也需要搞清楚到底是对吸烟行为危害认识不透彻还是确实有烟瘾，烟瘾是影响戒烟的重要因素。

肖丹介绍，中日友好医院获批成立世界卫生组织戒烟与呼吸疾病预防合作中心，目前已开展了大量移动戒烟工作，比如基于WIFI技术的戒烟意愿调查以及研发手机戒烟“烟燃”软件。

值得一提的是，本次大会预发布了我国移动戒烟项目，通过微信公众号、小程序、以及网站等平台为吸烟者提供移动戒烟帮助。肖丹表示，



接下来移动戒烟项目还将依托世界卫生组织线上学习课程为临床医师提供戒烟在线培训。“我们积极响应世界卫生组织发起的为期一年的戒烟运动。”

来源：科技日报

## 丁真吸烟，凸显青少年控烟任重而道远

近日网上爆出一段丁真抽烟视频，引发网友围观热议。丁真因质朴外表在网上走红，爆出吸烟视频与此前“不抽烟、不喝酒”清纯“人设”不符，于是有媒体点名批评道：“丁真如今吞云吐雾实在打脸”。（11月3日《中国青年报》）吸烟有害健康，这是几乎每个人都知道的道理。但作为公众人物的网红——丁真仍挡不住烟草的诱惑，也从一个侧面反映出控烟力度不够大、氛围不够浓。特别是青少年控烟更该加强。

去年5月29日，国家卫生健康委规划司爱卫工作办主任李全曾透露了这样一组数字：中国青少年吸烟率为6.9%、尝试吸烟率为19.9%、还有1.8亿儿童遭受二手烟的危害……中国青年报社社会调查中心联合问卷网，对2013名受访者进行的一项调查显示：65.0%的受访者发现有向未成年人售烟的现象；61.0%的受访者建议严惩向未成年人售烟的行为；56.9%的受访者建议对青少年吸烟者积极引导，帮助其戒烟。而我国有半数以上的成年男性吸烟，他们中间不少人是父亲甚至教师，不经意间为孩子们做了示范。新型电子烟、加热不燃烧烟品频频亮相，也对青少年尝试吸烟产生了极大的诱惑。

控烟从青少年抓起应是上策。吸烟者回忆吸烟起始时间有关调查数据显示，80.8%的吸烟者是在15—25岁之间开始吸烟的，而15—20岁开始吸烟的占全体吸烟人口的58.7%。有关研究表明，1/3~1/2青少年尝试吸烟后会养成吸烟习性并成瘾，如果20岁以前不吸烟，成人后吸烟的可能性大大降低。

青少年控烟当需多措并举，还需社会、学校和家庭等多方共同努力。如家长、老师要以身作则做到不吸烟或者不当着孩子或者学生的面抽烟；市民要严格执行公共场所禁烟规定；青少年控烟志愿者要大力开展“拒吸



第一支烟，做不吸烟新一代”宣传教育活动；烟草制作单位可增加烟草制品包装的警示图文、降低烟草制品对青少年的吸引力；学校要加强无烟学校建设，并可以将禁烟知识和教学中的生理课知识相结合，再开展动物实验模拟吸烟危害，让学生观察到吸烟的危害，这样既能让学生学习知识，也能培养他们的健康行为；有关部门要依法严处和严惩向未成年人售烟和营销的商家，依法取缔校园周边的烟草零售销售店（点），等等。

2019年，国家卫生健康委、中宣部、教育部、市场监管总局、广电总局、国家烟草局、共青团中央、全国妇联等8部门联合印发的《关于进一步加强青少年控烟工作的通知》提出，要加强电影和电视剧播前审查，严格控制影视剧中与剧情无关、与人物形象塑造无关的吸烟镜头，尽量删减在公共场所吸烟的镜头，不得出现未成年人吸烟的镜头。同理，网红——丁真的吸烟做派也容易成为青少年模仿的对象。期待公众人物不抽烟、少喝酒，争当健康模范生！

来源：科技生活快报

## 中国学者研究 过去20年40%的国家在青少年控烟方面毫无进展

和其他烟草制品的使用率（0.3%）均最低。研究人员呼吁在青少年中实施包括无烟政策在内的更好的控烟政策。

**《柳叶刀-儿童青少年健康》（The Lancet Child & Adolescent Health）2月3日发表的一项研究发现，尽管在过去的20年间香烟的使用率有所下降，但在2010~2018年间，全球仍有近1/5的男生（17.9%）和1/10的女生（11.5%）在过去的30天中至少使用过一次烟草制品。**

全球每年有超过800万人死于烟草使用[1]。吸烟可导致癌症、心脏病、肺部疾病和慢性阻塞性肺疾病，同时还可影响生育能力[2]。鉴于大多数成年吸烟者起始于青春期或童年，儿童青少年烟草使用已成为一个备受关注的公共卫生问题。

在这项研究中，作者基于1999~2018年间至少进行2次的全球青少年烟草调查数据（GYTSSs），共纳入140个国家/地区（简称“国家”），



包括110万余名年龄在13-15岁的青少年，用于评估青少年烟草使用率的变化趋势。基于2010~2018年进行至少1次的调查数据，共纳入143个国家，包括53万余名青少年，用于评估近期青少年的烟草使用率。

**研究发现，15岁青少年香烟的使用率（过去30天中至少有1天吸烟）约为13岁的两倍（男生：15.4% vs 6.8%，女生：8.7% vs 3.4%）。男生香烟使用率在西太平洋地区最高（17.6%），其中托克劳最高，为49.3%。女生香烟使用率在欧洲地区最高（9.0%），其中保加利亚为23.7%，意大利为23.6%。**

该研究还评估了青少年其他烟草制品的使用情况，如咀嚼烟草、鼻烟、雪茄、小雪茄、烟斗或电子烟等。2010~2018年间，15岁青少年其他烟草制品的使用率高于13岁（男生：13.9% vs 8.4%，女生：9.3% vs 5.1%），且年龄为15岁的男生在过去20年期间其他烟草制品的使用率每10年增长2.1%。在东地中海区域，其他烟草制品的使用率最高，男女生分别为16.7%和9.0%。美洲和欧洲地区的使用率最低（男生分别为7.5%和9.3%，女生分别为5.4%和5.5%）。作者指出，目前尚无法区分其他烟草制品各类型的具体使用情况。

本文通讯作者、来自山东大学的席波教授说：“本研究中，大多数国家香烟的使用率有所降低，但仍有大量的年轻人吸烟。无法忽略的事实是，许多国家其他烟草制品的使用率等于甚至高于香烟的使用率，这提示我们仍有许多工作要做。加强控烟力度要比以往任何时候都更要重视。这包括针对不同烟草制品制定具体政策以及加强对全球青少年健康教育的工作。” [3]

**该研究显示，不同地区香烟和其他烟草制品的使用率存在差异，作者认为这是由于各国的控烟立法及实施力度不同造成的。**例如，乌拉圭一直采取严厉的控烟政策，如采取完全禁止烟草促销和广告以及采取严格的图形健康警告措施。作者估计，乌拉圭香烟使用率每10年降低17%（由2007年的20.1%降至2014年的8.0%）。

1999~2018年期间，西太平洋地区的香烟和其他烟草制品的使用率有所控制，每10年分别降低6.2%和4.2%，欧洲地区的香烟使用率也降低了5%。然而，尽管总体有所改善，但并非该地区内所有国家都表现良好。例如，波斯尼亚和黑塞哥维那在此期间香烟使用率每10年增长10.6%（从2008年的11.7%增至2013年的17.0%）。**作者认为，在该国和其他相似国家，香烟使用率增加的可能原因是香烟价格低廉、室内禁烟措施执行不力、禁止烟草广告和促销措施的工作薄弱以及存在销售零散香烟的现象。**

在某些地区，其他烟草制品的使用率有所上升，其中东地中海地区和东南亚地区，每10年分别增加3.5%和3.3%。例如，在东地中海地区的沙特阿拉伯，其他烟草制品的使用率每10年增加33.3%（从2007年的11.2%增至2010年的21.2%）。东南亚的不丹增加了18%（从2004年的7.2%增至2013年的23.4%）。



瑞典卡罗林斯卡研究所的梁亚军教授说：“在签署世界卫生组织《烟草控制框架公约》的国家中，烟草使用率的降幅最大，这突出了政策改革对减少烟草使用的重要性。但目前仍有许多工作要做，特别是在减少其他烟草制品的使用方面。” [3]

“在大多数国家中，任意烟草的使用率在15岁的青少年中是13岁的2~3倍。同伴压力，对新事物的渴望以及购买香烟的能力都可以解释这一趋势。幸运的是，许多国家已经对烟草广告实施了部分或全部禁令。但是，在互联网和社交媒体上的宣传广告或促销活动仍具有挑战性。对烟草危害进行早期健康教育仍然至关重要。” [3]

英国伦敦帝国学院的Mohammed Jawad和Christopher Millett，以及黎巴嫩贝鲁特美国大学的Rima Nakkash在相关评论中表示：这项研究“描绘了一个严峻的局面”且“这些发现揭露了一个悄然增长的现象，即其他烟草制品的兴起已成为全球控烟议程的当务之急”。他们深入讨论了东地中海地区其他烟草制品使用增加的原因，认为这是由于新型调味烟草、蓬勃发展的中东咖啡馆文化以及对水烟的危害不如香烟的误解。他们同意该研究作者的观点，即不同的烟草制品可能需要采取不同的政策，且现有的控烟法规是以减少香烟的使用为基础，其用于水烟等其他烟草制品的控制政策收效甚微。

评论作者补充道：“在理论上将现有控烟法规简单地扩展到水烟似乎是合理的，但在实践中远远不够，且无法执行。在缺乏对不同烟草使用状况进行有效政策干预的情况下，青少年的烟草消耗量将居高不下。目前，尚不能确定东地中海地区青少年的香烟使用是否趋于平稳，但水烟等使用量的增加，确属实情。至少，其他烟草制品使用量的增加可能会抵消香烟使用减少的效果，甚至出现最坏的情况，即加剧烟草的流行。”

该研究作者指出本研究尚存一些不足。首先，并非所有国家都被纳入该研究，原因在于有些国家在此期间并未进行相关调查。其次，并非每个国家都在同一年进行调查，且一些国家（53/140个）仅进行了2次调查，而没有进行更多调查，这削弱了评估青少年烟草使用率随时间变化的能力。再次，该调查基于自我报告，因此参与者可能对问题的理解有所不同。最后，该调查未区分其他烟草制品的种类。END

#### NOTES TO EDITORS

This study was funded by Shandong University. It was conducted by researchers from Shandong University, Karolinska, Institute, and the University of Lausanne.

The labels have been added to this press release as part of a project run by the Academy of Medical Sciences seeking to improve the communication of evidence. For more information, please see: <http://www.sciencemediacentre.org/wp-content/uploads/2018/01/AMS-press-release-labelling-system-GUIDANCE.pdf> if you have any questions or feedback, please contact The Lancet press office [pressooffice@lancet.com](mailto:pressooffice@lancet.com)

[1] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>

[2] <https://www.nhs.uk/common-health-questions/lifestyle/what-are-the-health-risks-of-smoking/>

[3] Quote direct from author and cannot be found in the text of the Article.

题图 Copyright 2021 Joel Carillet/iStock

\*中文翻译仅供参考，所有内容以新闻稿英文原文为准。



## 远离慢阻肺 从戒烟开始

根据最新流行病学调查数据显示，我国慢阻肺患者人数近1亿人，40岁以上成人慢阻肺发病率高达13.7%，相当于40岁以上居民中，每8人就有一个是慢阻肺患者。慢阻肺已经成为除高血压、糖尿病以外最常见的慢性疾病，而吸烟是慢阻肺最大的风险因素。慢性阻塞性肺疾病简称慢阻肺，是最常见的慢性呼吸系统疾病。

专家提醒，慢阻肺是一种不能根治的慢性疾病，随着急性加重的次数增加，肺功能逐渐减弱，出现气短加重，甚者穿脱衣服、刷牙、洗脸都有困难。慢阻肺具有高患病率、高致残率、高病死率的特点，严重影响中老年患者的预后和生活质量，造成沉重的医疗负担。

“目前，公认吸烟是慢阻肺的最大风险因素，且吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越小，慢阻肺发病风险越高。”河南省人民医

院呼吸与重症医学科副主任医师张茜茜说，超过20%的吸烟者会发展成为慢阻肺患者，而长期吸“二手烟”者，患慢阻肺的风险将增加48%。因此，戒烟是预防慢阻肺的主要方法。

专家建议，慢阻肺早发现早治疗至关重要，40岁及以上人群伴有慢阻肺主要症状、吸烟史、职业粉尘暴露史、化学物质接触史、生物燃料烟雾接触史、有慢阻肺家族史等是慢阻肺的高危人群，建议每年进行一次肺功能检查。冬季是慢阻肺急性加重及并发症出现的高发季节，应预防感冒提前注射疫苗，注意保暖，锻炼耐寒能力。

来源：雅安日报

## 控烟成全球趋势，“减害”成为烟草行业共识

随着全球控烟环境日益趋严、人们健康意识逐步增强，“减害”成为了国际社会和烟草行业的共识。当大家谈论“控烟”时，实际上是要减少烟草对社会带来的健康损害和经济损失。而世界卫生组织对电子烟的官方定义是“电子尼古丁传送系统”(ENDS)，虽和卷烟一样含尼古丁，但不含烟草，更不会带来烟草燃烧导致的有害物质。以英国为例，根据英国健康组织统计，电子烟可以提高大约50%的戒烟成功率。而根据英国伦敦大学学院的研究则显示，电子烟在2017年帮助至少5万英国烟民成功戒烟。



随着全球控烟环境日益趋严、人们健康意识逐步增强，“减害”成为了国际社会和烟草行业的共识。当大家谈论“控烟”时，实际上是要减少烟草对社会带来的健康损害和经济损失。而世界卫生组织对电子烟的官方定义是“电子尼古丁传送系统”(ENDS)，虽和卷烟一样含尼古丁，但不含烟草，更不会带来烟草燃烧导致的有害物。以英国为例，根据英国健康组织统计，电子烟可以提高大约50%的戒烟成功率。而根据英国伦敦大学学院的研究则显示，电子烟在2017年帮助至少5万英国烟民成功戒烟。

2018年11月，新西兰政府就发布了一项针对无烟产品的风险比例监管计划。该计划强调，在保护未成年的同时，改善烟民获得优质电子烟和无烟产品的途径。

纽约大学一项研究也表明，如果美国每年有10%的吸烟者完全转向电子烟，这将拯救700多万本应死于吸烟的人，8700万人的生命质量将改善。纽约大学医学院教授大卫·艾布拉姆甚至认为，电子烟是120年以来改善公共卫生的最大机会。

 CBS THIS MORNING

Politics & 2020

CBS NEWS / September 20, 2019, 11:39 AM

## E-cigarette panic is ruining "biggest public health opportunity" in 120 years, scientist says

(图：据CBS报道，纽约大学医学院教授大卫·艾布拉姆认为，电子烟是120年以来改善公共卫生的最大机会。)

中国是全球最大的电子烟生产基地，一些中国企业如中国烟草、雾芯科技(RELX悦刻母公司)、思摩尔国际等公司在近几年积累了一定的技术实力和品牌优势。

而且，中国的电子烟监管政策也走到了世界前列，让国内电子烟处于有序发展的轨道上。中国疾控中心在《柳叶刀-公共卫生》发表的最新文章显示，近年来中国电子烟用户主要为男性和烟民，烟瘾大、想戒烟、了解吸烟危害的人选择电子烟几率更高，非烟民占比不足4%。

所以，具备产业和技术基础，加上及时的监管政策，在利用电子烟实现控烟目标方面，中国的先发优势十分明显。





## 新的一年，重庆公共场所开启全面控烟

9月29日，重庆市五届人大常委会第二十一次会议举行第二次全体会议，表决通过《重庆市公共场所控制吸烟条例》，自2021年1月1日起施行。

本条例所称的公共场所，是指公众可以进出的场所或供集体使用的场所，包括餐饮服务场所、住宿休息场所、公众娱乐场所、工作场所、公共交通工具、公用电梯等。

本条例所称的吸烟，是指吸入并呼出烟草的烟雾或电子烟气雾的行为。持有点燃的烟草制品行为，视为吸烟。

条例规定：

公共场所室内区域禁止吸烟。

下列公共场所室外区域禁止吸烟：

中小学校、托幼机构、儿童福利院、少年宫、青少年活动中心、培训机构等以未成年人为主要活动人群的公共场所；

妇幼保健机构、儿童医院；

公共体育场馆、运动健身场所、演出场所；

公共交通工具的等候区；

法律、法规规定的其他禁止吸烟场所。

附《重庆市公共场所控制吸烟条例》原文：

### 重庆市公共场所控制吸烟条例

第一条 为了减少吸烟对公众健康的危害，创造良好公共环境，提升社会文明水平，根据有关法律、行政法规，结合本市实际，制定本条例。

第二条 本市行政区域内公共场所的控制吸烟工作适用本条例。

本条例所称的公共场所，是指公众可以进出的场所或者供集体使用的场所，包括餐饮服务场所、住宿休息服务场所、公众娱乐场所、工作场所、公共交通工具、公用电梯等。

本条例所称的吸烟，是指吸入并呼出烟草的烟雾或者电子烟气雾的行为。持有点燃的烟草制品的行为，视为吸烟。

第三条 本市公共场所控制吸烟工作坚持政府与社会共同治理，实行政府主导、分类管理、场所负责、公众参与、个人自律、社会监督的原则。



第四条 市、区县（自治县）人民政府应当加强对公共场所控制吸烟工作的领导，将公共场所控制吸烟工作纳入国民经济和社会发展规划，建立公共场所控制吸烟工作联席会议制度，推进工作体系建设。

乡镇人民政府、街道办事处负责本辖区内有关公共场所控制吸烟工作。

第五条 市、区县（自治县）卫生健康主管部门是公共场所控制吸烟工作的主管部门，应当依法履行以下职责：

- （一）部署、组织、指导、协调公共场所控制吸烟宣传和烟草危害的健康教育；
- （二）组织、监测和评估公共场所控制吸烟工作；
- （三）组织医疗卫生机构开展戒烟医疗服务、提供戒烟咨询和指导；
- （四）法律法规规定的其他职责。

市、区县（自治县）人民政府相关部门依据各自职责，负责相关公共场所控制吸烟的相关工作。

第六条 全社会都应当支持公共场所控制吸烟工作。

任何单位和个人都有权对违反本条例的吸烟行为进行劝阻，有权要求禁止吸烟场所的经营者、管理者履行公共场所控制吸烟义务，有权投诉举报。

鼓励控烟协会、志愿者组织等社会组织和个人通过各种形式，依法参与公共场所控制吸烟工作或者为公共场所控制吸烟工作提供各种帮助和支持。

第七条 国家机关、企业事业单位、社会团体和其他社会组织应当将公共场所控制吸烟工作纳入本单位日常管理，制止违反本条例的吸烟行为。

市级相关部门应当将公共场所控制吸烟工作情况纳入卫生城市（区）、文明城市（区）、文明单位创建考核评价体系。

本市各类公务活动中不得提供、使用烟草制品和电子烟。

第八条 公共场所的室内区域禁止吸烟。但是，下列公共场所的室内区域，可以划定或者设置吸烟区：

- （一）餐饮服务场所；
- （二）住宿休息服务场所；
- （三）公众娱乐场所。

鼓励前款规定的可以划定或者设置吸烟区的公共场所的室内区域全面禁止吸烟。

第九条 下列公共场所的室外区域禁止吸烟：

- （一）中小学校、托幼机构、儿童福利院、少年宫、青少年活动中心、培训机构等以未成年人为主要活动人群的公共场所；
- （二）妇幼保健机构、儿童医院；
- （三）公共体育场馆、运动健身场所、演出场所；
- （四）公共交通工具的等候区；
- （五）法律、法规规定的其他禁止吸烟场所。



市、区县（自治县）人民政府根据举办大型活动的需要，可以在前款规定以外区域临时划定禁止吸烟的室外区域。

第十条 本条例第九条规定以外的公共场所的室外区域可以设置吸烟区，设置吸烟区应当符合下列条件：

- （一）符合消防安全要求；
- （二）避开人群密集区域和行人必经的主要通道；
- （三）设置明显的吸烟区标识和指引标识；
- （四）配置收集烟灰、烟蒂等的器具，并配备吸烟有害健康的宣传资料。

在本条例第八条规定的公共场所的室内区域设置吸烟区，除符合前款条件外，还应当具备将烟雾与禁止吸烟区有效隔离的条件或者良好的通风换气条件。

第十一条 个人应当遵守本条例的规定，不得在禁止吸烟的公共场所吸烟；在非禁止吸烟的公共场所吸烟的，应当合理避让不吸烟者。

第十二条 公共场所的经营者、管理者应当履行下列义务：

- （一）在禁止吸烟区域内不得提供吸烟有关器具和附有烟草广告的物品；
- （二）在禁止吸烟区域内醒目位置设置禁烟标识、举报电话；
- （三）劝阻违反本条例规定的吸烟者，对不听劝阻的，向相关监管部门举报。

经营者、管理者可以依法利用技术手段监控吸烟行为，加强对禁止吸烟公共场所的管理。

第十三条 烟草制品、电子烟销售者应当在销售场所的醒目位置设置吸烟有害健康和禁止向未成年人出售烟草制品的标识。

烟草制品、电子烟销售者不得有下列行为：

- （一）向未成年人销售烟草制品或者电子烟；
- （二）让未成年人销售烟草制品或者电子烟；
- （三）在中小学校、托幼机构、儿童福利院、少年宫、青少年活动中心等以未成年人为主要活动人群的公共场所门口五十米范围内销售烟草制品或者电子烟。

第十四条 本市行政区域内，禁止下列行为：

- （一）在大众传播媒介或者公共场所、公共交通工具、户外发布烟草广告；
- （二）向未成年人发送任何形式的烟草广告；
- （三）利用其他商品或者服务的广告、公益广告，宣传烟草制品名称、商标、包装、装潢以及类似内容；
- （四）以慈善、公益、环保事业的名义，或者以“品牌延伸”“品牌共享”等其他方式进行烟草促销；
- （五）以烟草企业名称、烟草制品名称开展冠名活动。

鼓励本市影剧院、楼宇广告播放公共场所控制吸烟公益广告。

第十五条 市、区县（自治县）人民政府应当组织开展公共场所控制吸烟宣传教育工作，使公众了解烟草烟雾的危害，积极营造无烟环境。



卫生健康主管部门应当制订公共场所控制吸烟宣传教育计划，指导有关单位开展公共场所控制吸烟宣传教育。

教育行政部门和各类教育机构应当将吸烟有害健康的宣传教育纳入教育教学内容。

工会、共青团、妇联、科协、志愿者组织等团体和机关、企业事业单位应当结合自身特点，开展公共场所控制吸烟宣传教育活动。

报刊、广播、电视、网络等新闻媒体应当每年有计划地开展公共场所控制吸烟公益宣传，刊播公共场所控制吸烟公益广告，普及烟草危害知识，宣传公共场所控制吸烟典型事例。

车站、机场、码头、广场、公园、影剧院、商场等公共场所的管理单位和公共交通工具的运营单位，应当通过其设置或者管理的广告牌、宣传栏、公共视听载体等设施，开展公共场所控制吸烟公益性宣传。

第十六条 每年5月31日“世界无烟日”为本市公共场所控制吸烟宣传日，全市集中开展公共场所控制吸烟宣传，倡导吸烟者停止吸烟一天，倡导烟草制品、电子烟销售者停止售烟一天

第十七条 下列部门应当依照各自职责，做好相关领域的公共场所控制吸烟监督管理工作：

（一）教育、人力资源社会保障行政部门按照各自职责负责各级各类学校、培训机构的公共场所控制吸烟工作；

（二）公安机关负责互联网上网服务营业场所、住宿休息服务场所、公众娱乐场所等公共场所的控制吸烟工作；

（三）城市管理部门负责其管辖范围内公共场所的控制吸烟工作；

（四）交通部门负责公共交通工具及其相关公共场所的控制吸烟工作；

（五）文化和旅游行政部门负责文化场所、旅游景区及其管辖范围内的公共场所控制吸烟工作；

（六）市场监督管理、商务、烟草专卖等部门按照各自职责负责餐饮服务场所、商品批发零售、烟草专卖零售等公共场所的控制吸烟工作；

（七）体育行政部门负责各类体育运动健身等公共场所的控制吸烟工作；

（八）民政部门负责社会福利机构等公共场所的控制吸烟工作；

（九）卫生健康主管部门负责医疗卫生机构等公共场所的控制吸烟工作。

前款没有明确监督管理部门的公共场所的控制吸烟工作，由市、区县（自治县）卫生健康主管部门负责。

机场、铁路、轨道交通管理机构负责相关公共场所的控制吸烟工作。

相关部门可以聘请志愿者担任公共场所控制吸烟监督员，协助做好控制吸烟相关监督工作。

第十八条 任何单位或者个人可以通过“12345”政务服务热线或者行业监管热线，对违反本条例规定的行为进行投诉举报。



第十九条 违反本条例规定，在禁止吸烟公共场所吸烟的，由相关监督管理部门责令改正，可以处五十元罚款；拒不改正的，处两百元罚款；不听劝阻，且有扰乱社会秩序或者妨碍执行公务等违反治安管理规定行为的，由公安机关依法予以处罚。

未成年人有前款规定情形的，由公共场所经营者、管理者或者相关监督管理部门通知监护人或者学校予以批评教育，监护人和学校应当采取措施帮助其戒烟。

第二十条 公共场所经营者或者管理者违反本条例规定，不设置吸烟区又不禁止吸烟的，由相关监督管理部门责令限期改正；逾期不改正的，处五千元以上二万元以下罚款。

违反本条例规定，吸烟区的设置不符合要求的，由相关监督管理部门责令限期改正；逾期不改正的，处二千元以上一万元以下罚款。

第二十一条 公共场所经营者或者管理者违反本条例规定，在禁止吸烟公共场所内提供吸烟有关器具或者附有烟草广告的物品，或者未在醒目位置设置禁烟标识、举报电话的，由相关监督管理部门责令限期改正；逾期不改正的，处二千元以上一万元以下罚款。

第二十二条 违反本条例规定，在未成年人集中活动的场所吸烟的；销售者违反本条例规定，向未成年人出售烟草制品或者电子烟，或者未在显著位置设置吸烟有害健康和禁止向未成年人出售烟草制品标志的，由相关监督管理部门依照《中华人民共和国未成年人保护法》的规定予以处罚。

第二十三条 违反本条例规定，在大众传播媒介或者公共场所、公共交通工具、户外发布烟草广告，或者向未成年人发送任何形式的烟草广告，或者利用其他商品或者服务的广告、公益广告，宣传烟草制品名称、商标、包装、装潢以及类似内容，或者以烟草企业名称、烟草制品名称开展冠名活动的，由市场监督管理部门依照《中华人民共和国广告法》的规定予以处罚。

违反本条例规定，以慈善、公益、环保事业的名义，或者以“品牌延伸”“品牌共享”等其他方式进行烟草促销的，由市场监督管理部门给予警告，责令改正，并处二千元以上一万元以下罚款；逾期不改正的，处一万元以上二万元以下罚款。

第二十四条 政府有关部门及其工作人员不依法履行公共场所控制吸烟职责，或者徇私舞弊的，由其上级机关或者监察机关对直接负责的主管人员和其他直接责任人员依法给予处分；构成犯罪的，依法追究刑事责任。

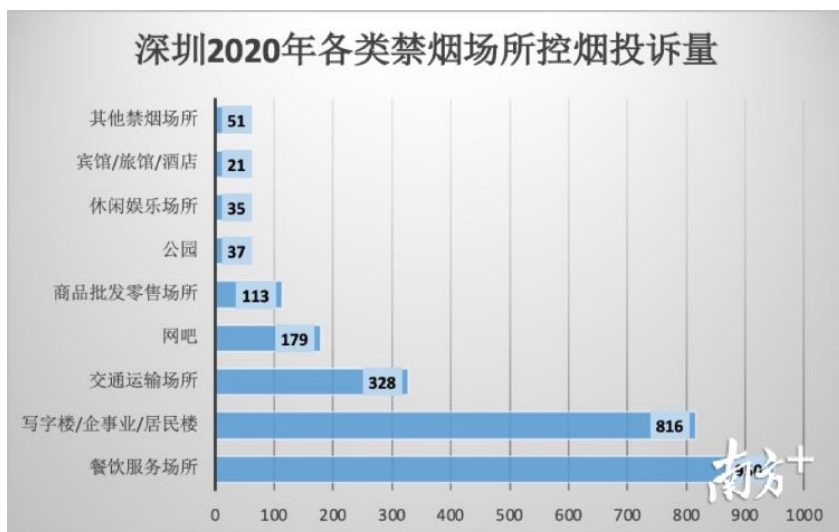
第二十五条 本条例自2021年1月1日起施行。



## 深圳去年共接收2530起控烟投诉，餐饮服务场所高居榜首

1月19日，记者从深圳市控烟协会获悉，去年共收到“无烟深圳”随手拍控烟投诉信息2530起。根据投诉，餐饮服务场所、写字楼等人群密集场所是重灾区。

2020年控烟投诉量有所下降



据了解，总体而言，2020年接收到的市民控烟投诉量总体下降，与2019年相比下降了38.5%。主要原因是外来务工人员回乡过春节以及新冠疫情的影响，2月投诉量最低，只有11起（占比0.4%），其后基本每月投诉量在逐步上涨，12月投诉量最高，为391起（占比15.5%）。

深圳近两年每月控烟投诉量。

餐饮服务场所高居控烟黑榜榜首





从禁烟场所类型来看，今年餐饮服务场所高居控烟黑榜榜首，投诉量为950起，占比37.5%；投诉量排在第二的是写字楼/企事业/居民楼，投诉量为816起，占比32.3%；投诉量排在第三的是交通运输场所，投诉量为328起，占比13.0%；网吧、商品批发零售场所的投诉量相对较少，投诉量分别为179起（占比7.1%）、113起（占比4.5%）。其他类型禁烟场所控烟投诉量少。

深圳2020年各类禁烟场所控烟投诉量

福田区以692起控烟投诉量高居第一

从区域分布来看，2020年投诉量排名前三的依次是福田区（692起，占比27.4%）、南山区（491起，占比19.4%）、龙岗区（251起，占比13.9%），跟2019年排名相同。大鹏新区、光明区、坪山区、盐田区投诉量较少。

深圳近两年各区控烟投诉量

沃尔玛（布吉锦龙路店）被投诉22次，常有员工聚众抽烟

去年以来，深圳被投诉最多的场所是沃尔玛（布吉锦龙路店），共计22次，主要投诉该场所的网购自提处经常有员工聚众抽烟，控烟效果不佳。据悉，经多次在“无烟深圳”曝光以及控烟志愿者的督导，并无多大改善。

深圳2020年被投诉最多的前十二家禁烟场所

- 1、沃尔玛（布吉锦龙路店），被投诉22次
- 2、威盛科技大厦，被投诉13次
- 3、长虹科技大厦，被投诉10次
- 4、NEO大厦，被投诉8次
- 5、彼岸网咖（蛇口招商路店），被投诉6次
- 6、大冲商务中心，被投诉6次
- 7、深圳湾科技生态园，被投诉6次
- 8、中心商务大厦，被投诉5次
- 9、网鱼网咖（亿利达大厦店），被投诉5次
- 10、科兴科学园，被投诉5次
- 11、潮盛白粥，被投诉5次
- 12、丹东特色烤肉（南光三部店），被投诉5次

来源：腾讯网



## 上海超计划完成无烟党政机关建设任务，已有36家通过规范化建设的戒烟门诊

记者今天从上海市健康促进委员会办公室获悉，本市超计划完成2020年无烟党政机关建设任务，市级党政机关全部完成无烟党政机关创建，37.6%的区及街镇党政机关建成无烟党政机关，高于原计划区级党政机关30%建成的创建要求。协同综合开展、科学有序推进，本市高质量创建无烟党政机关获得良好成绩与示范效应。

为贯彻落实党中央、国务院和上海市委、市政府相关精神要求，本市发挥党政机关的表率作用，高质量开展无烟党政机关创建工作，展示党政机关的良好形象，营造无烟健康的工作环境，保障机关工作人员健康权益。上海在全国首个省级中长期健康行动方案《健康上海行动》中明确要求领导干部发挥控烟引领作用，市健康促进委员会发文要求切实推进党政机关控烟工作，确保2020年市级党政机关100%建成无烟单位，区级党政机关30%建成无烟单位。

本市无烟党政机关创建工作由市健康促进办、市文明办、市卫健委、市机管局四部门牵头，联合专业机构和行业协会共同推进。四部门联合下发通知，要求充分发挥党政机关和领导干部在精神文明建设和控烟工作中的示范引领作用，进一步加强无烟党政机关建设。

目前，本市共有市级党政机关81家，区及街镇级党政机关1011家。本市制订方案，针对引领性的无烟党政机关典型样板单位，主要包括市经济和信息化委员会、市人民政府外事办公室、徐汇区人民法院和奉贤区南桥镇人民政府等全市16个区的20家机关单位，并针对全市各级各类党政机关，明确工作背景、目标、计划、要求等，为建设单位提供便捷、实用、简易的技术工具包。同时，建立市、区联合专家组，围绕无烟党政机关建设指南、工作规范和流程、资料档案收集等专题开展培训。此外，开展“公共场所室外吸烟点设置规范”项目建设试点，为室外吸烟点地方标准研制提供环境数据资料等证据支持。

无烟党政机关典型样板建设以基于国家标准、高于规定标准、凸显上海特色为要求，推动全市无烟党政机关建设工作的规范实施和长效机制落实，带动本市无烟党政机关建设工作全面深入和持续开展。创建过程中，上海挖掘示范典型进行经验推广和交流，并结合传统媒体和新媒体开展广泛宣传，充分带动本市无烟党政机关建设工作全面深入和持续开展。据不完全统计，2020年6月至11月，包括人民日报、央视网、无烟上海微信公众号等多家媒体宣传报道了上海市无烟党政机关建设的相关内容200余篇。在国家卫生健康委员会开展的媒体监测结果中名列第一。





市健康促进办表示，本市将持续把无烟单位创建作为落实“健康融入万策”指导思想和“健康上海，人人参与，人人受益”理念的重要抓手，继续开展对市政府、16个区政府、部分街道（镇）政府办公地暗访，切实推进政府机关当好无烟环境建设表率。

同时，本市还将大力推进综合戒烟干预，目前共有36家通过规范化建设的戒烟门诊，可为吸烟者开展评估和制定个性化的戒烟方案，12320戒烟热线可为戒烟者提供贯穿戒烟全程的电话和短信专业指导，“无烟上海”官方微信公众号提供戒烟打卡小程序帮助戒烟，而中医针灸戒烟和心理干预、行为矫正等戒烟服务也与无烟党政机关建设相衔接，为有戒烟需求的党政机关工作人员提供科学、有效、便捷的综合戒烟服务。

来源：文汇报

## 济南市人大常委会今年立法计划出炉 公共场所控烟条例位列其中

1月28日，记者从山东省济南市人民代表大会常务委员会官网获悉，《济南市人大常委会2021年立法计划》经济南市十七届人大常委会第四十一次主任会议通过，并报济南市委批准，确定立法计划项目16件，其中审议类项目7件，调研类项目9件。

审议类项目包括《济南市客运出租汽车管理条例》（修改）、《济南市物业管理条例》（制定）、《济南市养犬管理规定》（修改）、《济南市绿化条例》（制定）、《济南市公共场所控制吸烟条例》（制定）、《济南市优化营商环境条例》（制定）。

同时，还将打包废止《济南市发展社区服务的若干规定》、《济南市执法责任制条例》、《济南市社会保障基金审计监督办法》、《济南市城镇企业职工基本养老保险条例》、《济南市汽车维修管理条例》，由济南市人大常委会法制工作室负责起草。济南市人大常委会主任会议将于2021年6月提出法规案，济南市人大常委会会议将于2021年6月审议。



其中,《济南市公共场所控制吸烟条例》由济南市司法局组织市卫生健康委员会起草。济南市人民政府将于2021年7月提出法规案。济南市人大常委会会议将于2021年8月第一次审议。

调研类项目包括《济南市基层网格化服务管理条例》(制定)、《济南市停车场建设和管理条例》(修改)、《济南市不动产登记条例》(制定)、《济南市燃气管理条例》(修改)、《济南市城市集中供热管理条例》(修改)、《济南市城市轨道交通条例》(制定)、《济南市旅游促进条例》(制定)、《济南市行政审批服务条例》(制定)、《济南市人工影响天气管理条例》(制定)。

根据放管服、优化营商环境等改革发展需要以及法规专项清理工作要求,可以适时对立法计划作出调整。

来源: 齐鲁壹点

## 沈阳铁路局: 部分普速列车实行全列禁烟

央视新闻2月19日消息,记者从长春铁路运输检察院官方微信公众号获悉,为持续推动普速列车控烟检察监督工作,长春铁路运输检察院向中国铁路沈阳局集团有限公司发出《关于深化推进普速列车控烟工作的函》,得到了高度重视和积极回应。日前,沈阳局集团公司下发《关于普速列车试点全列控烟的通知》,决定在长春客运段值乘的长春—北京Z62/1次、Z212/1次,长春—松原Z5007/8次、Z5009/10次4对列车试点基础上,从2021年1月开始,将沈阳客运段值乘的沈阳北—北京K54/3次、沈阳北—太原Z194/3次,大连客运段值乘的大连—北京Z79/82次、K683/4次,吉林客运段值乘的吉林—北京Z117/8次、延吉—北京K215/6次、延吉—大连K7333/4次,锦州客运段值乘的通辽—昌平北K1016/5次、赤峰—北京K2560/59次共9对普速列车作为控烟试点列车,实施全列禁烟。

全列禁烟列车及换挂列车的烟灰缸施封;将禁烟宣传、中途巡视、应急处置等内容纳入作业流程,规范指导乘务人员的作业;加强重点位置的巡视,制定应急预案,防患于未然;依法规范处置旅客不配合而影响列车秩序的事件等。

至此,沈阳局集团公司管内夕发朝至列车已实现禁烟全覆盖。



## 德国政府计划再次提高烟草税

2021年2月份，德国政府计划再次提高其烟草税率，尽管联邦财政部门早在几周前刚刚宣布过暂时不会提高烟草税率，但现在却又一次决定提高其烟草税率。

据介绍，此次增税的产品还包括含有烟碱的电子烟，而此前此类产品则是免税的。就此次对于含烟碱的电子烟产品进行征税，政府财政部门并没有向外界发表任何评论。

因此，德国政府预计新的财政年度，其收入将会增长，新的税率实施之后，就意味着卷烟税额将会在原来的基础上再增加0.08欧元/盒。对此，有分析人士认为，卷烟生产商仍将会把税率的增长转嫁给消费者。

## 美国研究称电子烟不应被视为普通烟草制品的安全替代品

最近，美国纽约罗切斯特大学医学研究中心的科研人员最新一项研究表明，电子烟对于消费者的记忆力、思维能力和专注力有着负面影响，尤其是对年轻人的影响尤其明显。

对此，该研究项目的负责人指出，他们的研究进一步证明，电子烟不应该被视为消费者吸烟的一种安全的替代品。

据介绍，这项研究是基于对超过88.6万名参与者的行为风险等因素进行监测并调查研究后所得出的结论。该项研究结果还表明，与从未吸过任何烟草制品的人相比，消费电子烟或吸烟的人，更有可能在认知功能方面遇到一些困难。

**澳洲严禁携带电子烟入境，违者重罚最高\$22万澳币！**



2020年7月1日，澳洲将电子烟进口禁令推迟至2021年1月1日。在这期间，澳洲药物管理局（TGA）将就有关含尼古丁电子烟产品的规管事宜进行公众咨询，并将在2021年初作出最终决定。参议院减少烟草危害特别委员会对雾化尼古丁产品举行首次公开听证会，目前只有凭医生的处方才能合法购买。

委员会主席Hollie Hughes表示，在8000多份意见书中，绝大多数人支持电子烟，并且绝大多数人不支持现在的处方购买方式。Hollie Hughes说：“我认为电子烟是一种强大的戒烟工具，也是人们讨论进一步降低澳洲吸烟率的一部分。”

但代表呼吸健康工作者的组织主张保持现有的处方模式。他们认为目前的研究并不支持使用电子烟作为一种戒烟辅助手段，这些产品应继续通过澳洲药品管理局（TGA）进行管理。

这是最近针对减少烟草危害和尼古丁电子烟的第二次调查。根据1月1日生效的禁令，只有医生的处方才能批准进口汽化器尼古丁和电子烟。违反这一禁令的人将面临高达\$222000澳元的罚款。含有液态尼古丁的电子印度计划修改烟草控制法烟和尼古丁雾化器已被禁止在澳大利亚境内销售。

## 印度计划修改烟草控制法

据报道，最近印度政府提出要修改烟草控制法，禁止在酒店、餐馆和机场设立吸烟区，禁止销售散装香烟，并将法定最低吸烟年龄从18岁提高到21岁。

印度全国农民协会联合会秘书长表示，类似的修正案曾在2015年提出，但在2017年撤回，理由是在农民可以转种其他作物之前，不应提出修正案，而且政府尚未确定并帮助农民转种其他作物。零售商也对禁止烟草商店的地点持保留意见，称这可能会破坏城市地区企业的稳定，引入许可制度的想法不切实际，可能会导致制度化的腐败和对小企业的骚扰。

### 韩国研究：80%电子烟用户曾在禁烟区偷吸电子烟



据韩国最近的一项调查显示，每10名韩国电子烟用户中就有8人表示自己曾在无烟区偷偷使用电子烟。

根据韩国《国家健康促进法》，在禁烟区使用电子烟的人可能会被罚款，就像吸食传统烟草一样。

研究中没有提到加热不燃烧的产品。

阿桑医学中心的一个研究小组对7000名年龄在20岁到69岁之间的男女进行了一项调查。其中，一个月内使用电子烟的人数为394人。在电子烟用户中，20岁至34岁的占44.6%，男性占总数的74.1%。

大多数参与者说，在家里吸烟的人最多，占46.9%，其次是私家车，占36.9%，室外无烟区占28.3%。男性和女性分别占违规者的44%和55.6%，超过一半的女性电子烟在家里偷偷使用过电子烟。

## 佛罗伦萨拟在部分户外公共场所禁烟

意大利佛罗伦萨市打算扩大禁烟范围，在公园、公交站点等通常人流量较大以及有未成年人聚集的户外公共场所禁烟。欧洲“本地”新闻网站意大利版11日报道，佛罗伦萨市议员切奇莉娅·德尔雷告诉意大利《共和国报》，市议会拟将上述新措施纳入将于2月底通过的减少空气污染相关方案。考虑到需要给界定违规行为以及宣传新规留出时间，禁令有望于今年6月前后生效。

如果禁令生效，佛罗伦萨将成为意大利继米兰之后在部分户外公共场所实施禁烟令的第二座大城市。

依照米兰定于本月开始实施的户外公共场所禁烟令，在公交站点、公园、体育场、儿童游乐区、墓地等户外公共场所，只要身边10米范围内有其他人就不得点烟或吸烟。

意大利自2005年推出室内禁烟令。依照“本地”新闻网站说法，相关规定不如欧洲其他一些国家严格，比如在意大利，人们依然可以在酒吧、餐厅露台等处吸烟。

来源：新华社





## 睡眠不足、被动吸烟也是近视眼元凶

除了遗传因素、电子产品使用过度、不注意用眼卫生，还有哪些因素可以导致近视眼？听了答案你也许会感到扎心——睡眠不足、被动吸烟竟然也是近视眼的元凶。

目前，我国近视人数已近4亿，居世界第一，近视发生率已经达到世界平均水平的1.5倍，青少年近视的发生率更是高达50%至60%。近视人数连年攀升，已经成为影响国民特别是青少年健康的重要问题。寒假开启、春节将至，是时候恶补一下护眼知识了。

### 预防近视眼得从娃娃抓起

近视眼的发生多在学龄期开始，从小学、初中、高中到大学，近视眼的发生率逐渐升高。刚刚出生的新生儿，眼球的前后直径只有成年人的2/3左右，故均是远视。但随着年龄的增长，随着身体的发育，眼轴也逐渐变长。到15岁左右，眼球基本上跟成年人一样，前后直径达到24毫米。如果发育过度，眼轴过长，则形成近视。故近视眼的发生多在学龄期开始，从小学、初中、高中到大学，近视眼的发生率逐渐升高，到18岁左右，身体发育成熟，近视眼也停止了发展。

但如果在幼年时近视眼的进展很快，到15至20岁时进展更快速，这样的近视常高于6个屈光度，个别患者的度数达到-2000度、-3000度。这种近视称为进行性近视，或称病理性近视。

### 对号入座这些“伤眼”因素占几个

近视眼的发病因素复杂，影响因素也很多，主要的因素大致划分为遗传因素、环境因素和营养体质因素。接下来让我们详细了解一下近视眼的发病因素，避免“50米外雌雄不分”的悲剧。

遗传因素近视具有一定遗传倾向。高度近视的遗传性比一般近视的倾向明显。有遗传因素者，近视发生率较早，常在进入青春期以前就开始近视了，且多在6个屈光度(-600度)以上。这种高度近视在医学上叫病理性近视。

此外，环境因素主要是近距离作业和不良的工作学习环境，环境条件是决定近视眼形成的客观因素。

户外活动时间太少不管是上学还是工作，多数时间还是在室内，近距离用眼的时候很多。而且，在室内活动时，看电视、玩手机电脑的机会也就增多了，如果再不注意看手机电脑等的距离和姿势，眼睛就很容易过度疲劳。

图书纸张、印刷太“讲究”过度精美的图书也会伤害到孩子的眼睛。像铜版纸反光太强，晚上感觉尤其明显，这种晃眼的光医学上叫眩光，更容易使眼睛疲劳，加速近视的发展。



电子游戏机、手机电脑等电子产品不合理使用这也是近视眼发生的原因之一。荧光屏上闪烁不定的画面增加了眼睛的负担，迫使睫状肌高度紧张，使晶状体过度屈曲，增加屈光度，导致睫状肌痉挛，这也是近视眼的一大诱因。

睡眠不足充足的睡眠对大家的健康是非常重要的。10至13岁是近视眼形成的高峰期，此年龄段的孩子若睡眠不足，交感与副交感神经功能失去平衡，造成睫状肌的调节功能紊乱，从而导致近视眼。

被动吸烟烟草中含有一种毒性较强的氰化物，它在人体内积存到一定程度，可造成中毒性弱视。而孩子的眼球正处于发育期，对烟草中的有害物质更为敏感，如果长期被动吸烟，也会导致视力下降。

眼镜度数不合适刚开始出现近视的时候，尽量去正规的眼镜店，随便找一家眼镜店配眼镜，验光不准确，度数不标准，质量不过关等，眼睛更容易疲劳，度数也易增加。

假期将至快试试这些“护眼大法”

如何避免近视的发生？注意眼部卫生。个人卫生做好，对近视眼很重要，讲究个人卫生，勤洗手，不要用脏手揉眼睛。

来源：北青网

## 被动吸烟对儿童健康的危害

被动吸烟对儿童健康的危害有以下几点，为了下一代的健康，请仔细阅读。

1. 被动吸烟对儿童健康的危害，涉及到儿童生长发育各个阶段。
2. 母亲在怀孕期间吸烟或被动吸烟，婴儿出生时或出生不久死亡的机会会增加。这些婴儿在其出生后的第一年里比非吸烟者的孩子更容易患肺部感染和其他疾病。
3. 生产以后，哺乳期吸烟是婴儿猝死症的危险因素之一。年幼的孩子的肺比成人的要小和稚嫩，因此更容易受到香烟及其所含化学物质的影响。他们更容易患上哮喘、支气管炎、肺炎以及其他的呼吸道疾病。
4. 孩子的生命应当有一个健康的开始，假如你怀孕了，请别吸烟并避开有烟的场所，你还可以要求你的家人或朋友不要在你和你的孩子跟前吸烟。

来源：光明网



## 新冠病毒对肺部的损伤比长期吸烟更严重，可造成肺部结疤

据今日美国网站报道，近期有医生发了一组新冠肺炎患者与吸烟者、健康人的胸部X光片（以下简称，胸片）图像对比。从图片中可以看出，新冠肺炎患者的胸片更加“白色混浊”，损伤比长期吸烟更重。

德克萨斯理工大学外科学副教授Brittany Bankhead-Kendall发文介绍，胸片就像一张黑白色底片，健康人肺部周围的骨骼、器官和肌肉显示为白色，整体多是黑色的。各种可以占据肺部空间的物质，包括液体、肿块、组织疤痕或其他伪影，都会根据其密度呈现白色烟雾状，又称“毛玻璃样混浊”。肺癌、充血性心力衰竭、炎性肺病以及通常的病毒性肺炎都可以造成这种症状。

有数据统计称，新冠病毒造成肺部损伤后，约50%—80%的患者胸片可出现“毛玻璃样混浊”。根据现有的临床报告，新冠肺炎患病后很长时间内，都可能存在持续损伤。有些康复者自我感觉很好，没有任何问题，但胸片往往都不正常。

Kendall发现，她收集到的70%—80%的新冠病毒无症状感染者胸片显示异常，每个新冠肺炎患者都显示异常。将吸烟者和新冠肺炎患者胸片进行对比，发现前者布满了结疤和充血的白色线状物，而后者也有相同的结疤形状，而且数量更多，遍布整个肺部。新冠肺炎患者的肺部状况甚至比一些“老烟枪”更糟。

Kendall并不是首例报道新冠肺炎患者长期肺部损伤的研究者。2020年7月，《柳叶刀》一份55名复诊患者报告指出，超60%的人出院三个月后仍出现持续性的呼吸道症状，超70%的人肺部CT扫描异常，25%的人肺功能下降。

2020年9月，《欧洲呼吸杂志》一份针对82名康复者的研究中指出，新冠病毒有可能造成永久性肺损伤，但也有逆转的希望。研究指出，病毒引起的肺部炎症和积液可以在12周内稳步改善，证明肺部存在对疤痕的先天修复性机制。但是，这项研究规模较小，且患者年龄平均约50岁，在大规模人群特别是老年患者中的结果还需要更多的证据。

Kendall总结：“我们还不知道新冠肺炎对身体的影响会持续多久，也不知道是否终将愈合。但如果康复后出现呼吸急促等症状，请尽快到医院就诊。”

来源：搜狐健康



# CHINESE SMOKING AND HEALTH

CCTV 央视网  
com  
多科普

钟南山

中国工程院院士  
呼吸系统疾病专家

“任何年龄  
**戒烟**均可获益  
**早戒**比晚戒好  
**戒**比不戒好”

健康中国行动推进委员会办公室指导

无烟  
健康年



主办：中国控制吸烟协会

出版：中国吸烟与健康通讯编辑部

1992年1月创刊 主编： 美编：裴天虹

通讯处：北京市朝阳区（北四环小营路口）安慧东里16号楼0907 邮编：100101

电话：010-64892695/64983905 传真：010-64983805/64983905

网址：www.catcprc.org.cn 电子信箱：catc@catcprc.org.cn