

二手煙早已被定為一級致癌物

研究顯示，一手煙和二手煙同樣能導致多種致命疾病，如心臟病及癌症等；兩者皆含有超過四千種有害化學物質及五十多種致癌物。支流煙中部分毒素的濃度，如一氧化碳、亞摩尼亞、苯及碳氫化合物等，甚至比主流煙更高。早於 1992 年，二手煙已被美國環境保護局定為一級致癌物，意即並無安全標準。

二手煙對身體的影響，最明顯是對眼睛及呼吸系統的刺激：引起眼部不適，喉嚨痛或咳嗽等徵狀。然而二手煙的害處其實遠不止於此，多項研究顯示二手煙可以導致以下各種致命疾病或與這些疾病有關：

1. 癌症——包括：肺癌、鼻竇癌、乳癌(未到達更年期的年輕女性)；
2. 心臟病及循環系統疾病——有本地研究指出，除心臟病外非吸煙者死於中風的風險會隨著共同居住或工作的吸煙者數目增加而上升。因為二手煙會令血管受損及破壞動脈正常的凝血機制，導致血管硬化及阻塞；
3. 呼吸系統疾病——哮喘、中耳炎、下呼吸道感染、呼吸道刺激徵狀；
4. 懷孕及胎兒發育——流產、出生體重不足、嬰兒猝死綜合症。

總括而言，吸煙不單只會危害自身健康，同時亦會危害身邊人的健康。

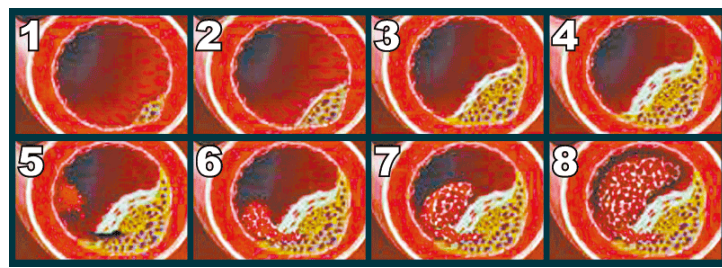
(圖片一) 吸煙會引致肺癌



肺癌

吸煙會引起肺癌。煙草裡的有害物質會損害肺細胞。超過一定時間，那些被損害的細胞可能會變成癌症。吸煙將導致肺癌，可能跟開始抽煙的年齡、煙抽了多久、每天抽的數量、吸進去多深有關。停止吸菸可以大大的降低肺癌的發生。

(圖片二) 吸煙會引致心臟病及循環系統疾病



血管硬化及阻塞

動脈血管硬化，在人體各個部位都有可能發生，可能造成的健康問題包括心肌缺血，中風，腹部臟器 缺血壞死，高血壓，腎衰竭，四肢週邊缺血組織壞死等等。嚴重的話更可能致命。心血管病人中，腦中風、心肌梗塞的患者大幅增加。腳中風 的患者也同樣大幅增加，而腳中風即是週邊動脈阻塞。