



打造無菸環境 本院戒菸治療服務成果豐碩

發佈日期：114/05/29

打造無菸環境提升全民健康，臺北醫學大學部立雙和醫院積極推動戒菸治療服務，2024 年全年幫助 586 人次完成戒菸藥物治療、提供 827 人次戒菸衛教治療；持續追蹤發現使用藥物治療的民眾六個月戒菸成功率達 46.7%、接受戒菸衛教之民眾六個月戒菸成功率達 48.6%，成果優異，曾榮獲政府頒發戒菸服務績優機構獎項。

迎接 5 月 31 日「世界無菸日」，雙和醫院將於 29 日上午舉辦衛教講座，交流戒菸治療醫學新知，也邀請民眾分享自身成功戒菸經驗，鼓勵癮君子們擺脫菸癮、找回健康。雙和醫院家庭醫學科張德宇醫師表示，今年世界無菸日的主題為「戳破誘惑：揭露菸草與尼古丁產品行銷伎倆」，旨在呼籲社會大眾重視新型態菸品對健康的威脅，如電子菸或加味菸。

張德宇醫師指出，電子菸是透過電子加熱系統將電子菸液加熱，產生煙霧供使用者吸入，模擬吸菸的效果，特別受年輕族群喜愛，根據最新國健署青少年吸菸行為調查，目前全台有超過 5.4 萬名青少年正在使用電子菸，由於電子菸相較於傳統香菸含有較少的焦油等，因此許多人誤以為它是較健康的替代品，但電子菸液大多含有尼古丁，除仍具成癮風險外，越來越多研究證實，當中的有害致癌物，對吸食者及暴露於二手菸的人群均可能造成健康危害，且目前尚無充分證據證明它能有效幫助戒菸。

另外，加味菸則是透過增加風味及其他成分來改變氣味、口味與外觀的菸品，企圖掩蓋菸草產品的刺激性，極易吸引青少年與初次接觸者，調查發現，每 10 位青少吸菸者，就有 4 位是使用加味菸；然而，這些添加成分大多未清楚標示，危害更難掌握，應格外警惕。

張德宇醫師強調，不論是吸傳統紙菸或新型態菸品，對健康的危害都不能



忽視。菸品高溫燃燒所產生的致癌物逾 60 種，也會造成心血管疾病及呼吸道疾病，如心肌梗塞、腦中風及慢性肺阻塞等。因此，戒菸絕對是迫在眉睫的必要行動，建議可以前往「戒菸門診」尋求專業戒菸治療協助，在專業醫療人員的指導下，順利地達成戒菸目標。另外，民眾可透過尼古丁成癮度量表來檢視自身成癮狀況，如分數超過 4 分則為中度成癮者、超過 7 分則是重度成癮者，或每日抽菸達 10 支以上，如符合上述條件，即可參加國健署所提供的戒菸治療服務計畫，相關問題請洽詢雙和醫院家庭醫學科。

