



入門毒品！青少年吸菸 2 支也可能成癮

本文摘自／優活健康網記者陳思綺／綜合報導

台灣每年有 2 萬多人死於菸害，平均每 25 分鐘就有 1 人因此死亡，吸菸可說是國人健康危害的頭號殺手，根據美國研究報告，菸品是青少年的入門毒品，只要吸 1~2 支，就可能會出現成癮的症狀，且父母與同儕吸菸，為影響其吸菸的危險因子。

吸菸者 多出 13 倍機率濫用藥物

香菸中有超過 7 千多種化學物質，其中 93 種成分會致癌，有 15 種被國際癌症研究署列為第一級致癌物。根據美國報告指出，菸品是青少年的「入門毒品」，即使僅吸 1~2 支，也可能出現成癮症狀；依據美國國家成癮物質濫用中心報告指出，尼古丁會影響青少年的大腦發展結構，菸草使青少年更容易受到非法藥物的誘惑；有吸菸的青少年濫用非法藥物機率，較未吸菸者高出 13 倍。

第一次吸菸 3 成 4 在國小五、六年級

依據國健署調查結果顯示，國中學生吸菸率為 5%，高中職學生吸菸率為 11.5%；進一步分析青少年第一次吸菸的年齡，介於 12 至 13 歲，以國小五、六年級最多，佔 34%。值得注意的是，青少年易受好朋友吸菸行為影響，周遭有朋友吸菸相較於無吸菸朋友者，其吸菸率高出約 10 倍；父母為吸菸者相較父母為非吸菸者，其青少年吸菸率則高出 2.2 倍。

因為家庭與朋友是青少年社會生態系統之重要一環，父母及朋友吸菸可能會弱化菸品對健康危害的價值觀。國健署呼籲，為孩子的健康成長著想，請還給孩子一個無菸害的清新環境

善用二代戒菸門診 接受專業治療

衛生福利部於 101 年 3 月 1 日推出二代戒菸補助，藥物用品係由於菸品健康福利捐補助，讓吸菸者接受專業戒菸治療，不論在門診、住院或急診，都可使用，一般民眾僅需繳交最高 200 元之藥品部分負擔，與過去每週可能需自行負擔 550 至 1250 元的藥費相比，大幅降低經濟負擔，對於弱勢民眾特別有意義。而孕婦、青少年及不適合用藥的民眾，亦可獲得專業戒菸衛教師之戒菸協助。

