



## 加味菸品更毒、易上癮、更難戒除

加味菸是透過添加氨、糖及香料等成分，藉此掩蓋菸品本身的辛辣味，對女性及青少年極具吸引力，殊不知這麼帶有「甜」味的菸，卻比一般的菸品更毒，且更具成癮性。

根據國民健康署統計，2015 年的吸菸人口已高達 327 萬人，其中女性、青少年不在少數。由於長期吸菸或暴露在二手菸環境中，將使罹患心血管疾病、中風或肺癌的機率，提升至少 20% 以上。

董氏基金會亦表示，加味菸成分中的「氨」會使尼古丁快速吸收，在混入菸品中的糖及香料後，會使菸燃燒後產生的「乙醛」，強化尼古丁成癮的效果，無論初次吸菸者或年輕族群，都有可能「抽一次就上癮」。

(資料來源：衛生福利部國民健康署及董氏基金會網站)

### 加味菸的潛在風險



容易上癮



難以戒菸



嘗試其他菸品






# 菸草公司促成菸癮的真相





菸草公司精心設計  
讓菸品更容易上癮、不易戒除、更加致命！





## 讓人更易成癮且更難戒除

-  增加尼古丁含量：控制尼古丁的傳輸方式及含量，讓人更快成癮
-  添加氫：加速尼古丁吸收、更快到達腦部
-  添加糖：讓菸更易吸入，且菸燃燒後所產生的乙醛會更強化尼古丁的成癮效果

## 藉以吸引青少年、女性等族群

-  甘草、巧克力、花果等香味料：掩蓋菸草辛辣的刺激味，對兒童更有吸引力
-  支氣管擴張劑：擴張支氣管，讓菸更快速到達肺部
-  薄荷醇：使喉嚨涼爽麻木，降低吸菸的不適感
-  乙醯丙酸：降低尼古丁的嗆味，讓吸菸更順暢

## 對人體傷害更大，更加致命

-  不同的菸草混合烘製的紙菸，讓致癌的亞硝酸胺含量升高
-  濾嘴通風孔設計，幫助吸菸者吸得更順暢，導致有害物質更快速深入肺部

中文資料：由蓋氏基金會提供

Source: Designed by AdBrite, for the Campaign for Tobacco-Free Kids

國軍菸害暨檳榔防制服務中心 關心您 0800-580791

## 檳榔不管有無「添加物」， 只要是檳榔子就會致癌



市售檳榔有菁仔、包葉檳榔（即白灰檳榔）或是紅灰檳榔等多種吃法，坊間就有謠言流傳「檳榔要加『添加物』才會致癌」。對此，牙科醫師澄清：「國際癌症研究機構早已正式將『檳榔子』（即檳榔果實本身）列為第一級致癌物，因此無論有無添加物，或添加物為何，只要是檳榔子就會致癌。」

一般的檳榔以檳榔子（俗稱菁仔）為主要成分，並有荖葉、荖花、荖藤及石灰等作為添加物。根據國民健康署統計資料顯示，國內有近五成民眾不知道，單純的檳榔子就會致癌，且有許多民眾甚至誤以為只有加「添加物」的檳榔才會致癌。

國際癌症研究機構在2013年就已證實檳榔子是第一級致癌物。實證研究發現，檳榔子含有檳榔鹼與檳榔素，其中檳榔素在口腔中會發生硝化作用，產生活性氧及自由基，抑制細胞生長及去氧核糖核酸的合



成，**造成口腔黏膜病變**，出現口腔纖維化、口腔打不開、口腔長白斑、紅斑等癌前病變症狀。因此，防癌之道還是要儘早戒除嚼檳榔習慣，若不幸已出現癌前症狀（如白斑、紅斑、口腔黏膜纖維化等），應每3個月固定檢查，其他民眾則建議每兩年接受一次口腔黏膜檢

查，定期檢查可降低43%的口腔癌死亡率。（摘錄自2017年3月4日自由時報電子報）

**愛你的家人，別碰檳榔！**

**不嚼檳榔才是男子漢**

**早知道 不如知道得早**

每**1.3**小時就有**1**個人得口腔癌  
每**3.4**小時就有**1**人死於口腔癌

**真男人請你這樣做！**

- 拒檳榔、戒菸酒
- 定期接受口腔癌篩檢  
(請洽各縣市衛生局所)

陽光夥伴 許珈穎/楊揚

陽光基金會 搜尋