

加熱煙——醫護篇

加熱煙是甚麼？

加熱煙透過電池驅動的加熱系統加熱煙草產生氣霧，繼而讓使用者將氣霧吸入肺部。有別於通過加熱化學溶液產生氣霧的電子煙，加熱煙的煙支含有真煙草。

加熱煙的設計

加熱煙產生氣霧的方式各有不同。有些裝置加熱捲煙或煙彈；有些則加熱液體以產生氣霧，再將氣霧通過煙彈以釋出尼古丁及其他化學物（例如添味劑），繼而讓使用者將氣霧吸入肺部。

加熱煙對健康的危害

加熱煙與傳統煙同樣含有尼古丁，但研究發現有跡象顯示加熱煙比傳統煙草產品能更有效輸送尼古丁，因此令人關注加熱煙更容易令人上癮的可能性。由於大腦要到 25 歲才完全發育，尼古丁對兒童及青少年的腦部尤其破壞力。

迄今為止對加熱煙的研究仍然有限。現有數據主要來自煙草業的研究，但這些研究已經顯示加熱煙釋出最少數百種同樣存在於傳統捲煙中的有毒物質，當中包括致癌物。很多有毒物質的接觸劑量與其健康風險的關係是非線性，因此儘管部分有毒物質的含量比捲煙煙霧低，亦不表示健康風險會相應下降。事實上，接觸致癌物並沒有已知的安全水平。加熱煙產品種類繁多，大部分產品的煙霧成分和毒性缺乏數據，而其中一款加熱煙被披露的數據顯示其煙霧含 80 種屬該加熱煙獨有或比傳統煙濃度更高的化學物質，包括 4 種致癌物及 10 多種潛在遺傳毒性或致癌風險的化學物質。

與傳統捲煙相似，加熱煙啟動後同樣會釋出支流煙，吸食加熱煙亦會產生二手煙。

誤導聲稱及推廣宣傳

煙草公司大力宣揚加熱煙為傳統捲煙的替代品。但事實上大部分使用者並沒有徹底轉用加熱煙，而是同時使用傳統捲煙和加熱煙。結果這些「雙重用家」同時被受兩類煙草產品及其相關風險所危害。

煙草業在缺乏科學證據支持下，聲稱加熱煙風險較低，企圖遊說一些有戒煙意欲的吸煙者繼續吸煙。過往煙草業曾推出所謂「低焦油」含量的煙草產品，但研究顯示它們只會降低戒煙意欲而不會減少健康風險。研究更顯示吸煙者常常會誤以為「減少接觸有害物質」即等於「減低健康風險」。

另類吸煙產品的禁令

由 2022 年 4 月 30 日起，任何人不得進口、推廣、製造、為商業目的而管有或售賣另類吸煙產品，包括加熱煙產品；任何人不得在法定禁煙區使用另類吸煙產品。

醫護專業的角色

使用加熱煙無助戒煙。加熱煙實為煙草公司為了在全球煙草市場萎縮的大趨勢下用以維持煙草成癮的手段。

醫護人員應把握每個機會勸籲吸煙者戒煙。現時沒有數據顯示使用加熱煙能令吸煙者減少吸食捲煙，亦沒有數據證明減少煙量（而非戒煙）能減低患上吸煙導致的疾病甚至死亡風險。

作為醫護人員，你可以：

- 把握每個機會勸籲吸煙者戒煙
- 與病人討論吸食加熱煙的禍害，並強調不論任何煙草產品（包括加熱煙）都對身體有害
- 提供已證實有效的戒煙方法
- 轉介戒煙服務 (1833 183)
- 到衛生署控煙酒辦公室網站(www.livetobaccofree.hk)了解更多

煙草公司促銷加熱煙的策略：

- 在缺乏科學證據支持下，聲稱加熱煙較傳統捲煙帶來較低的健康風險，降低消費者的戒心。
- 以「提升使用者的形象」來設計及推銷加熱煙，例如推出不同顏色、限量版設計和較淡氣味的產品。

- 透過「潮人」及品牌大使，利用社交媒體及宣傳短片來推銷加熱煙。
- 在宣傳中承認傳統捲煙帶來的健康危害，並把加熱煙包裝成更乾淨和健康的替代品。

本刊物的內容及資料均受版權保障，香港特別行政區政府衛生署控煙酒辦公室是本刊物所有版權作品的擁有人。