



電子報專欄

快訊



【校園焦點】榮陽團隊視網膜移植技術新突破

校園點滴

電子菸——「時尚」新寵？

近年來，電子菸的全球討論度與使用人口激增，其原因，除了電子菸商積極開發多種特色產品，並注入大手筆預算於廣告、電影中宣傳外，也和名人、明星的效應有關。事實上，吸電子菸(Vape)一詞已在名人加持下，成為2014年英國牛津字典的年度風雲字。

美國疾病管制與預防中心的調查指出，美國青少年在受試的過去30天內使用電子菸的比例，較前兩年增加了三倍，顯示電子菸對於新世代的影響不容小覷。

然而，電子菸是否如同製造商所標榜般的，真的具有「減少菸癮」、「幫助戒菸」等功效呢？

副刊專欄

- > 山腰電影院
- > 閱讀旅行

相簿集錦



這是什麼？

相簿適用IE6, IE7, FireFox, Safari
IE8請開啟「相容性檢視」瀏覽



(圖片來源 Examiner.com)

認識電子菸

電子菸，亦稱作「電子霧化器」，最早由北京韓力醫師於2004年取得發明專利，隔年北京如煙(Ruyan)公司開始在中國市場進行製造與販售，近幾年已在歐美市場迅速擴張。

電子菸主要由鋰電池（可替換式）、霧化器與尼古丁替換匣組成，透過霧化器將丙二醇或丙三醇加熱成霧氣，讓使用者吸入人體，整個過程如同吸煙，但不會產生煙霧，且因過程中沒有點火燃燒，因此不會產生焦油或一氧化碳。

除了具有與傳統香菸類似的造型外，廠商還製作了圓珠筆、雪茄、煙斗等多種款式，以吸引不同的客群。而其內含的菸油種類更是多元，包含藍莓、巧克力、薄荷等口味，相當符合現代年輕人的喜好。



電子菸的組成

電子菸的好與壞

電子菸的問世，到底是好還是壞呢？由於電子菸可含有高、中、低或無尼古丁成分，如此的設計或許能幫助有尼古丁成癮的使用者將其對尼古丁的依賴轉移至較低危害性的產品，並且慢慢減少其尼古丁含量，藉此減低對人體健康之傷害。目前確實也有相關研究證實，電子菸對人體的副作用低於傳統香菸。

然而，電子菸真的有如電子菸商所標榜的能「減少菸癮」、「幫助戒菸」那麼神奇嗎？

事實上，目前沒有研究證實電子菸無害，也沒有證據顯示電子菸能幫助戒菸。但是可以確定的是，因為電子菸管制不易，且電子菸商常在網路廣告與電影中置入性行銷，因此將使得兒童與青少年更

早接觸到菸草產品。

「時尚」玩家新寵？

在這個全球化的時代，交通發達、網路普及加速了新事物的發展與傳播，電子菸市場從亞洲擴展到美洲、歐洲，使用者的年齡層從成年人降低到青少年甚至是兒童，使用人口每年不斷地持續成長。

根據英國牛津大學今年出版的研究報告顯示，美國青少年嘗試使用電子菸的人數，在兩年內成長了三倍；除此之外，過去曾嘗試過電子菸的非吸菸青少年，日後吸食傳統紙菸的可能性，比從未吸食過電子菸的青少年多了近二倍。

另一篇與電子菸使用者實際訪談的調查指出，比起傳統香菸，消費者更喜歡使用電子菸的原因，包括它能像抽菸一樣享受、成本較低以及能減少對尼古丁的依賴。

目前台灣鮮少有關於電子菸的調查研究，作者針對身邊目前正在使用或曾使用過電子菸的朋友進行訪問，發現使用的動機大致為好奇、想戒菸、攜帶方便等，而大多在使用電子菸後，因為覺得它跟傳統香菸還是有所不同，所以仍會繼續使用傳統香菸，造成兩者同時使用的情形。

專家怎麼看？

目前電子菸在台灣的熱門程度還不及歐美國家，但未來，我們勢必也將需要面對電子菸所衍生的問題。本校長期致力於菸害控制的公共衛生研究所黃嵩立教授，針對電子菸在台灣的現況與相關問題，提出了他的觀點與建議：



針對電子菸在台灣的現況，本校公衛所黃嵩立教授（右）提出了寶貴的分析與建議。

► 電子菸能「幫助戒菸」？

對於電子菸商主張電子菸能「幫助戒菸」的看法，黃嵩立教授認為，由於電子菸仍含有尼古丁，只是尼古丁的替代品，因此仍然無法有效幫助戒菸；且由於戒菸的成功與否主要的關鍵是決心，尼古丁的替代只是其中的一小環，吸菸者並不會因為改吸電子菸便降低對尼古丁的需求。

► 電子菸會使年輕人提早接觸到菸草產品？

針對國外研究結果提到的這一看法，黃教授認為，吸菸的人會持續吸菸是因為對尼古丁成癮，但在成癮之前的嘗試階段，很多青少年是因為菸很嗆所以不想繼續吸，電子菸卻不會有這種問題，所以可能會增加上癮的機率，而一旦成癮後，任何來源的尼古丁都能夠被接受。所以，對於青少年來說，電子菸成為一種很容易上手的菸品，因此台灣應該盡快制定有效的政策來嚴加管理。

► 台灣該如何有效管理電子菸？

電子菸對於老菸槍有一定的價值，因為他們如果改吸電子菸確實可以減輕吸入的焦油和其他的有害物質含量。黃教授認為，理想情況應該是由醫師開立處方籤（醫師已知此人為老菸槍，且此人已接受過正式的戒菸服務），讓老菸槍去購買電子菸藉以減少部分危害，但這在執行上具有一定的困難，也可能造成電子菸的擴大使用，甚為不利。

另外一個無法有效管理的原因，是很多人會同時使用多種菸品，所以，即使他們使用電子菸，仍會繼續吸菸，這樣電子菸的減害效果就不存在了。

最後，黃教授語重心長地提到，目前台灣老菸槍使用電子菸的好處還未被看見，但年輕人使用電子菸的亂象已經出現，而台灣目前最大的問題就是電子菸的歸類，他建議電子菸應歸在菸品而非藥品類，才能使用菸害防制法來執行公權力，禁止其任何形式的廣告、網路銷售之行銷行為以及不當包裝標示等，以達到有效管理。

台灣衛生部門對電子菸的管制現況

※該物品如「含尼古丁」則為藥事法所稱「藥物」，可依「藥事法」處理。

※如產品「不含尼古丁」，即非為藥事法所稱之「藥物」，應不得為醫療效能之標示或宣傳，如其宣稱具「幫助戒菸」、「減少菸癮」或「減輕戒斷症狀效果」等醫療效能詞句，即構成違反藥事法第69條及第91條第2項之規定。（資料來源：董氏基金會）

<文 / 國際衛生碩士學位學程 孫翊庭 >

參考資料

1. 董氏基金會
2. 美國疾病管制與預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention)
3. Intentions to smoke cigarettes among never-smoking U.S. middle and high school electronic cigarette users, National Youth Tobacco Survey, 2011-2013.
4. Interviews With "Vapers" : Implications for Future Research With Electronic Cigarettes.(2011)

[\[←\] 回上一頁](#) [\[◎\] 回到首頁](#) [\[↑\] 回到最上](#)

COPYRIGHT © 2010 NATIONAL YANG-MING UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED 國立陽明大學版權所有，未經同意，請勿轉載

[關於電子報](#) | [訂閱電子報](#) | [聯絡編輯小組](#) | [友站連結](#) | [上期電子報](#)

發行人：梁賡義 總編輯：王瑞瑤 執行編輯：彭琬玲 網頁維護：凱笛資訊

