

电子烟 产品

给家庭的信息



青少年吸用电子烟产品的情况越加普遍。目前,大众对电子烟产生的气溶胶(雾气或云雾)存有一些错误的理解,电子烟对健康造成的长期性影响目前尚为未知。作为一位要负责照顾子女的家长,您可以与您的子女讨论一下有关电子烟产品的问题。这份资料提供的信息旨在帮助您认识这个话题,让您可以与您的子女开始进行对话。



电子烟产品及其运作方式

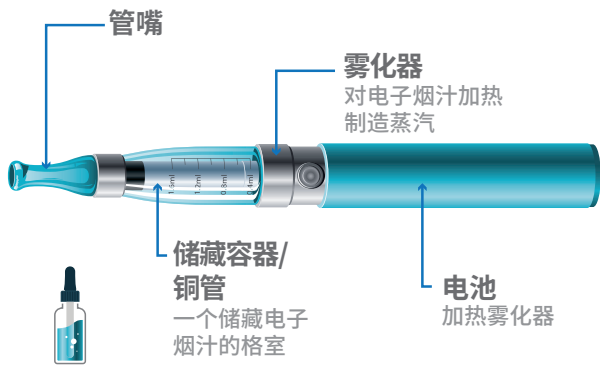
电子烟产品是一类以电池驱动的装置,其作用在于对一种溶液加热使它产生气溶胶。

电子烟产品有多个英语名称,例如e-cigarettes、vapes、vape pens、mods (box 或 pod)、tanks、e-hookahs 等,也有多种品牌。这些雾化器不含烟草,并不涉及燃烧。这些产品多数含有尼古丁。

把电子烟产品产生的雾气吸进和呼出这种行为,英语俗称 vaping,即吸用电子烟。当涉及使用流行的品牌(JUUL 或 Breeze)的时候,可用“Juuling”或“Breezing”等英语字眼。

电子烟产品的组成部分

- 管嘴
- 格室(铜管或储藏容器或液体库)
- 加热器(雾化器,英语为 atomizer 或 cartomizer 或 clearomizer)
- 电池
- 电子烟汁(电子烟液或电子液体)



电子烟汁

通常包含尼古丁及其它化学品

电子烟汁一般含有丙二醇 (PG)* 及/或植物油 (VG)*、调味剂、及不同含量的尼古丁 (无至极高含量)。

* PG和VG是行业内使用的缩写。

青少年吸用电子烟产品的原因

- 口味非常诱人 (例如：水果、糖果、薄荷)
- 时尚的装置
- 他们的朋友都在吸用电子烟；它帮助他们融入他们的圈子
- 好奇及/或无聊
- 他们以为电子烟是无害的
- 他们喜欢尼古丁带来的“满足感”，它提高快感。
- 它让他们经历反叛的感受，有些青少年在不准吸用电子烟的地方吸用，因为电子烟可以容易地隐藏起来。
- 为了戒烟或减少吸用香烟



与您的子女开始对话

与您的子女坦白地讨论这个话题。如果您吸用香烟或电子烟产品，这是一个好机会让大家可以讨论一下有关的风险、任何遗憾、困难、及对您健康的影响。

与青少年对话时，需要有耐性，并且随时都要准备聆听对方。尝试避免予以批评，并鼓励坦诚的对话。记得要保持对话，不要期待一次对话便可起到作用。

您可能被问及的话题

以下是一些您的子女可能会提出有关电子产品的问题，以及一些建议的回答方法。

“我为什么不应该吸用电子烟？”

研究人员发现电子烟产品含有有毒和令人上瘾的成分，可以伤害身体。当我们烟雾进行体内时，我们吸进一些微细的粒子，它们会留在肺内。含有尼古丁的电子烟汁可被输送到大脑，引致对尼古丁上瘾。



“电子烟汁不仅是水和调味剂吗？”

电子烟汁除含有调味剂外，也含有化学品。这些化学品和调味剂及可以安全地加进食物里。但是，这些化学品一旦被吸进体内后会对健康造成什么影响，暂时仍然未知。市面上多数的电子烟汁都含有尼古丁，极为容易使人上瘾。



“为什么对尼古丁这么重视?”

我们的大脑继续在发展直至25岁为止。在这个大脑发展期内使用尼古丁,可以在专注力、学习能力、控制冲动的能力等各方面引起问题。一旦开始使用尼古丁,便可能会上瘾,并会形成一种生理上的依赖性。随着时间,你的身体会渴望吸进更多尼古丁才会感到舒服。



“不含尼古丁的电子烟汁安全吗?”

研究显示,很多标签上注明“不含尼古丁”的电子烟产品还是含有尼古丁,吸进不含尼古丁的电子烟雾对健康仍会造成需要关注的问题。

“电子烟产生的烟雾不仅是蒸汽吗?”

电子烟汁一旦被加热后,便会产生数种有害的化学品,其中多种可以致癌。

■ 重金属:铬,镍和铅



- 羰基:甲醛、乙醛
- 酒精特有的亚硝酸胺
- 挥发性有机化合物 (VOCs):
苯、甲苯、乙醇、及酒精类
- 多环芳烃物 (PAHs):一类包含多于100种
化学品(例如:苯并a芘)的物质
- 微细粒子(粒子物质):所有固体和液体粒子的
混合物

如果你与吸用电子烟的朋友在一起,他们呼出的烟雾会令你受到影响,烟雾内的化学品吸进体内后可能会对身体有害。



“吸用电子烟不是比吸烟更安全吗?”

电子烟没有烟草产品(如香烟)那么有害,但是它并非无害。吸用电子烟仍然对健康造成很多需要关注的问题。



它对健康的短期性影响,包括加剧咳嗽、喘息、肺部发炎及心率加快。电子烟对健康的长期性影响目前尚为未知。

电子烟产品可以爆炸及引起火灾,引致烧伤和其它受伤。

电子烟概要

- 电子烟的雾气并非无害。
- 电子烟含有高量尼古丁,极为容易上瘾。
- 口味吸引青少年
- 容易隐藏和使用
- 外型像一个U盘
- 可以在USB端口充电
- 有时俗称为“Juuling”或“Breezing”

