



责任编辑 朱洁 美术编辑 王玺 校对 张武 2022年5月26日 星期四 28923906

# 保护环境，再给你一个戒烟的理由

朱洁 谭德伟

## 吸烟的危害，你了解吗？

我们之所以开展控烟工作，就是因为吸烟对人体带来了很大的危害。

### ●我国每年有100多万人因为烟草丧生

市中心医院副院长、主任医师龙云铸博士介绍，烟草在全球已盛行200多年，但直到20世纪，人类才开始认识到烟草对人类的严重危害，株洲市民对烟草危害的认识有待进一步提高。

根据最新的《中国吸烟危害健康报告》的统计数据，到2020年，我国的吸烟人数超过3亿，15岁及以上人群的吸烟率为26.6%，男性吸烟率高达50.5%，仅我国每年就有100多万人因为烟草失去生命，缺血性心脏病、脑血管病、结核病、肺癌等很多致死疾病，都与吸烟有关。

数据显示，大约85%的肺癌发生与烟草有关，长期吸烟者患肺癌的概率是不吸烟者的16倍。此外，除了危害人的呼吸系统，吸烟还会对心脑血管系统和消化系统带来负面影响。

### ●吸烟对人体产生哪些具体危害？

《中国吸烟危害健康报告》提示，吸烟与呼吸疾病有密切关系。

据悉，吸烟是肺气肿、慢性支气管炎和慢性气道阻塞的主要诱因。吸烟可导致中央性及外周性气道、肺泡及毛细血管结构及功能发生改变，同时对肺的免疫系统产生影响，从而导致肺部疾病的产生，甚至可能诱发肺癌。

其次，吸烟与恶性肿瘤有关。有充分证据说明，吸烟可以导致肺癌、口腔和咽喉部恶性肿瘤、喉癌、膀胱癌、宫颈癌、卵巢癌、胰腺癌、肝癌、食管癌、胃癌、肾癌、急性白血病、鼻咽癌、结直肠癌、乳腺癌等恶性肿瘤。

另外，吸烟可能诱发心脑血管疾病。因为吸烟时，可使血管内皮功能紊乱，血栓生成增加，炎症反应加强及氧化修饰，显著提高冠心病、高血压病、脑血管病及周围血管病的发病率。

吸烟还可以导致2型糖尿病，且增加糖尿病大血管和微血管并发症的发病风险。

此外，还有研究显示，吸烟可能使胎儿畸形、导致不孕、骨质疏松、智力低下、睡眠困难等。

### ●二手烟伤害身边的人，电子烟一样有害健康

值得一提的是，吸烟不仅危害吸烟者个人，还会影响其家人和身边朋友的健康。

暴露于二手烟的非吸烟者，有罹患肺癌的风险。而且，暴露于二手烟还可能增加结核病从潜伏感染转化为活动性感染的风险。此外，二手烟也会增加罹患糖尿病的风险。

同样，二手烟会导致孩子的肺功能下降，并且在成年后继续以慢性呼吸系统疾病的形式影响着他们。学龄期儿童若暴露于二手烟，可能增加患哮喘的风险。两岁以下婴幼儿暴露于二手烟，可能引起中耳炎、导致听力受损。而戒烟能够降低儿童因二手烟暴露所导致的疾病风险，如呼吸道疾病（哮喘）和耳部感染等。

而近年逐渐流行的电子烟，不但无助于戒烟，反而同样具有危害。

虽然吸烟的危害极大，但对于烟瘾较大的吸烟者来说，戒烟并非易事。市卫健委工作人员介绍，权威调查显示，吸烟人群在戒烟过程中，平均要尝试六到九次才能戒烟成功。“我们呼吁大家，站在自己、家人、家庭的健康和安全立场考虑，树立戒烟的决心和信心。”他表示。



## 株洲控烟进行时

既然“烟草威胁环境”，那控烟工作在株洲开展如何呢？

市卫健委副主任邓跃东介绍，我国于2003年11月10日正式签署《烟草控制框架公约》，加入世界卫生组织烟草控制框架公约，承诺烟草流行率逐年下降。

2004年，爱尔兰成为世界上第一个立法建立无烟工作场所的国家，无烟场所范围包括所有的办公室、餐厅、酒吧和旅店等公共场所。从此，中国和各国一道加入了任重道远的控烟工作。

### ●创卫、创文推动控烟开展

邓跃东介绍，我市自2008年起推行控烟工作，在公共场所张贴禁烟标识。根据要求，我市划定了独立于公共场所之外的满足特定人群（烟民）的特殊需求（吸烟）的场所。按照要求，这些场所四面通透、头顶可见天、旁边有垃圾桶（便于弹烟灰、丢烟头）。而在公共场所以及室内场所等头顶不见天的地方，都划定为非吸烟区。

改变一种习惯何尝容易，但株洲卫建人始终坚持人民健康至上的理念，主动加强宣传，积极推进控烟工作。随着人们生活水平、健康观念意识提高，以及我市先后创建国家卫生城市、全国文明城市、优秀旅游城市，加之全面推进“健康株洲”行动，近年来，株洲控烟工作取得了巨大的成绩。

如果你留心就能发现，目前我市各场所都有明显禁烟标识，室内（含公共交通工具）等非吸烟场所全面禁烟，没有吸烟现象。此外，随着无烟党政机关、无烟管理示范单位、无烟学校、无烟医院的创建，越来越多民众主动参与到控烟工作中来。

### ●全面开展“无烟党政机关”等创建工作

2021年以来，市爱卫会、市卫健委、市文明办、市机关事务管理局

积极开展“无烟党政机关”等创建工作，市委办、市政府办等83家市直机关、人民团体、中央及省驻株单位创建为“无烟党政机关”，覆盖面达100%。市二中、南方中学等13所市属学校创建成“无烟学校”。市中心医院等11家市属医疗卫生机构创建为“无烟医疗卫生机构”。5月16日，炎陵县委办公室等473家单位被命名为株洲市第二批无烟党政机关；炎陵县政务服务中心等154家单位被命名为“株洲市第二批无烟管理示范单位”。

### ●进一步从细从实从严推进控烟工作

控烟工作已被大多数市民理解并履行。市卫健委党委书记、主任顾晓芳说，控烟工作事关每个人的身心健康，下一步必须做得更扎实、更细致、更严格，全面巩固来之不易的控烟成果，为创建全国文明城市增光添彩。

我市将查漏补缺、举一反三，规范张贴禁烟标识。在各公共场所的门口、大厅醒目处、走廊、楼梯电梯、厕所、阳台、会议室（会客室）、接待室、咖啡厅、休息室、食堂（餐厅）、健身房（文娱室）、3人以上办公室，都需要张贴提示。

一旦发现非吸烟区有吸烟现象，每个人都应该及时劝导制止。保安、保洁、专兼职控烟劝导员要佩戴“控烟劝导员”臂章，引导烟民到吸烟区吸烟（学校、医院内全面禁烟）；不吸烟者也可向吸烟者提出灭烟要求；对党员领导干部带头在公共场合吸烟行为，可以向纪委举报并要求依法惩处。

对非吸烟区出现的烟头烟盒烟灰也要做到第一时间清扫。加强保洁频次，及时清理，避免“破窗效应”，错误引导下一位吸烟者在非吸烟区吸烟。

此外，顾晓芳还表示，对各公共场所、各行业、各地各单位控烟工作，市文明办、市卫健委、市机关工委、市机关事务管理局、市城管局也将加强暗访督查，相关情况将以通报形式呈报相关领导、发至各县市区党委政府及各单位、媒体。

### 政策解读

### 有关控烟的法律法规及政策文件

1.2014年国务院法制办颁布《公共场所控制吸烟条例》。禁烟范围：所有室内公共场所一律禁烟。工作要求：所有公共场所要在醒目处张贴禁止吸烟警示标识。国家机关工作人员不在公务活动中吸烟，教师不在学生面前吸烟，医务人员不在病人面前吸烟。

2.《中华人民共和国卫生部令》第80号《公共场所卫生管理条例实施细则》。第十八条：室内公共场所禁止吸烟。公共场所经营者应当设置醒目的禁止吸烟警示语和标志。

3.《全国文明城市主要实地考察点工作规范》：有明显禁烟标识。非吸烟区（禁烟区）没有吸烟现象。室内全面禁烟，没有吸烟现象。

4.《国家卫生城市标准指导手册》（2014版）。第一条（八）：深入开展禁烟、控烟宣传活动，禁止烟草广告。开展无烟学校、无烟机关、无烟医疗卫生机构等无烟场所建设。室内公共场所、工作场所和公共交通工具设置禁止吸烟警示语和标志。

【标准释义】34.辖区内各级各类医疗卫生计生机构要认真贯彻落实国家卫生计生委《关于进一步加强控烟履约工作的通知》的文件精神，按照《无烟医疗卫生标准》和《无烟医疗卫生机构评分标准》开展无烟环境创建工作。

【标准释义】36.各级领导干部要认真贯彻落实中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于领导干部带头在公共场所禁烟的有关事项的通知》文件精神，做控烟的表率。鼓励机关、企事业单位等场所开展无烟环境的创建工作。

【标准释义】37.公共场所涵盖公众可以进入的所有场所，或供集体使用的场所。包括：进行工作的场所，如办公室、会议室、实验室等；还包括工作人员在工作期间使用的附属或关联场所，如走廊、升降梯、楼梯间、大厅、咖啡厅、洗手间、休息室、餐厅、车辆等。

5.《湖南省文明单位测评细则》（2018年版）。生活方式健康文明，要开展无烟单位创建。工作生活环境干净整洁，井然有序，无脏乱差现象。

6.《健康中国2020—2030年》：无烟党政机关创建成功率2021年底要达到70%，2022年底要达到100%。

7.无烟党政机关、无烟学校、无烟医疗卫生单位、无烟管理示范单位等创建工作已于2021年起纳入市委绩效考核指标体系，对创建不力的单位实行反向扣分。

### 相关链接

### 控烟履约工作的原则与分工

各单位按照“谁发证谁主管”“管行业管控烟”“分层分级、属地管理”的原则，各司其职、共同参与、互相配合做好控烟工作。

市直机关工委、市机关事务管理局：负责督促指导市直党政机关、事业单位、公共机构等。

市教育局：负责所属中小学、幼儿园、托儿托幼机构。

市工信局：负责相关企业、电信公司、移动通信、联通公司及其网点。

市公安局：负责公安机关、车管所、车管所及相关第三方公司。

市交通运输局：负责交通运输行业、出租车及相关运输公司、交通场站及周边等。

市商粮局：负责农贸市场等。

市文旅广体局：负责网吧、图书馆文化馆展览馆、旅游景点、体育馆等。

市市场监督管理局：负责禁止烟草广告，负责发证的餐饮、宾馆酒店、小超市、麻将馆、游戏室等场所。

市卫健委、市卫执法局：负责市直医疗卫生单位、制发《公共场所卫生许可证》的大型宾馆、大型商超及部分“四小”场所等。

市城管局：负责本系统及公园、建宁驿站等。

市邮政局：负责邮政营业网点及相关快递公司。

银保监会株洲监管分局：负责各大银行营业网点等。

市公交公司：负责公共交通工具及调度室等。

株洲西站、株洲火车站：负责车站内外控烟工作。

各县市区卫健局：在各县市区文明办的指导下，牵头本辖区内控烟工作。



2022年5月31日 世界无烟日

# 烟草威胁环境

保护环境：再给你一个戒烟的理由

株洲市爱国卫生运动委员会 株洲市文明办 株洲市卫健委 株洲市城管局