

電子菸，非好菸

藥劑科 陳彥宏藥師/戒菸衛教師

高雄市去年破獲一件非法輸入電子菸油案，男子從中國網購電子菸和菸油回台，利用網拍販售，警方清查時發現，菸油雖有著水果香氣，送驗發現加熱產生的煙霧，含尼古丁和多種化學物質，已違反國內現行規定「含尼古丁成分的產品，屬藥品管理」，衛福部也未核准電子菸產品上市，男子被認定涉嫌販賣偽禁藥物。食藥署官員說，電子菸除驗出尼古丁，也驗出甲醛、乙醛等化學物質，若吸入過多，會刺激氣管、造成咳嗽等不適。

香菸對人體的危害，經過長年的宣導，大家早就不陌生。一根香菸燃燒後會產生超過數千種的致癌物質，相反的，電子菸的成分單純許多，精油的主要成分為植物油、丙二醇、香料及尼古丁，根據一份國外的統計資料，去年有 20% 的 14-17 歲未成年人嘗試使用電子菸，而因為電子菸新潮且口味選擇豐富，導致青少年吸食電子菸的比率大幅增加，這也是許多人擔憂的潛在問題之一。

電子菸精油中含有的丙二醇，已知會刺激眼睛並造成呼吸感染，且由於目前各國對於電子菸油的添加劑並無周全的控管規範，部分電子菸油含有丁二酮，一種為食物增添奶油風味的添加劑，長期吸入會導致罹患阻塞性細

支氣管炎，另外若買到一些來路不明或號稱特別調製、裡面不知道添加甚麼東西的菸油，傷害程度未可知。

而電子菸的二手菸也仍然是個問題，傳統紙菸需經由燃燒後產生菸煙，而電子菸以電池驅動霧化器讓菸油霧化成菸，但菸油煙霧不只含尼古丁，還有不明化學物質，兩者都有二手煙霧的暴露危害。電子煙的煙霧大小經研究煙霧的粒徑分布約比紙菸高出 40%，可見電子煙對室內空氣品質的影響，較傳統紙捲煙更為明顯。

另外一個議題是，電子菸可以用來戒菸嗎？許多人以為改抽電子菸用以替代傳統紙菸，近期一項由加州大學在權威期刊《刺絡針呼吸醫學》發表論文指出，使用電子菸來戒菸的成功率，要比任何戒菸工具都不用的人還少上 28%，表示對戒菸並無幫助。以藥師的角度認為，現今戒菸有專用的藥物「戒必適」，有尼古丁貼布、尼古丁口香糖，要戒菸可以有多種方法，一定要使用安全性未知的電子菸，是有待商榷。

由於電子菸問世時間尚短，尚沒有足夠長期、深入的研究來知道對人體的危害到甚麼程度，這也正是為何美國食品藥物管理局（FDA）將電子菸與一般菸品同樣列管的原因，只有透過更詳細的研究，我們才能了解精油中那些添加劑會影響人們的健康，才能夠像食品一樣，明文禁止菸油中

添加那些成分，另一方面，當然也需嚴格把關電子菸本身的品質，避免爆炸傷人，為民眾打造一個相對安全的管道。

在證明電子菸無毒、安全之前，還是不要使用吧



圖片來源：網路圖片