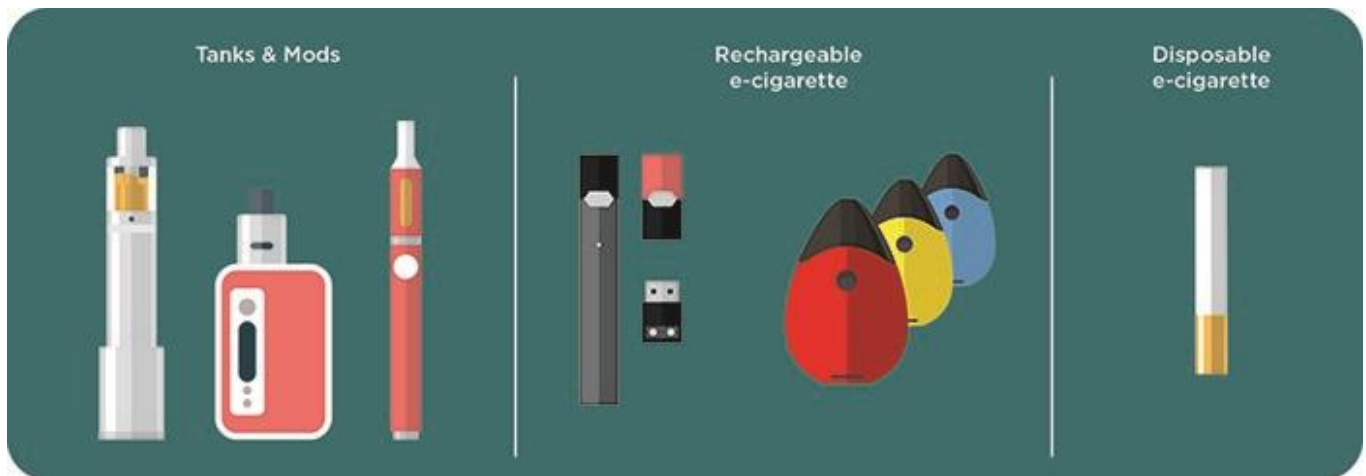


常見問題解答： 電子煙

紐約市年輕人的電子煙使用量有所增加。2017年，17.3%的紐約市高中生報告使用電子煙，使得電子煙在高中生中的使用比香煙的使用高出三倍（5.0%）。這是一個重要的健康問題。這份常見問題解答將幫助您了解電子煙，以及幫助您與子女交談。

什麼是電子煙（e-cigarettes）和電子香煙產品（vaping products）？

- 電子煙是將液體（稱為電子液體）加熱成使用者可吸入的氣霧劑的裝置。也可以稱為電子煙、電子水煙，電子香煙或電子香煙筆。使用電子煙通常稱為「吸入電子香煙的噴氣」（vaping）。
- 電子煙液不含煙草，但幾乎總是有香味、化學物質和尼古丁，這些會令人上癮。
- 電子煙也有多種形狀和大小。有一種流行的電子煙，JUUL，形狀像一個U盤。有一些設備可能比其他設備更難檢測。
- 電子液體補充物稱為「煙彈」（pods）。一個JUUL煙彈的尼古丁含量相當於整包香煙的尼古丁含量。使用JUUL通常稱為吸JUUL（JUUL-ing）。



電子煙的種類

青少年接觸尼古丁的風險是什麼？

- 尼古丁非常容易上癮，尤其對於青少年。
- 尼古丁可以改變青少年大腦的化學成分。可能會使他們的記憶力和注意力下降，從而影響學習。
- 使用電子煙的年輕人更有可能嘗試吸煙。

電子煙使用還有哪些其他風險？

- 電子煙的液體成分沒有受到嚴格監管，長期使用電子煙的影響尚不清楚。
- 加熱的電子液體產生的氣溶膠可能含有有害的化學物質、香料和重金屬。其中一些化學物質可導致癌症和肺病。
- 兒童和成人可能因吞嚥電子液體或通過皮膚或眼睛吸收電子液體而中毒。

為什麼電子煙在年輕人中如此受歡迎？

電子煙有各種各樣的甜味，對年輕人很有吸引力。電子煙公司，其中一些由煙草公司擁有，開發出的產品會令人上癮，而且迎合兒童的口味。這些公司創造了數百種糖果和水果味的電子煙，使其看上去無害，但事實並非如此。



各類香味的JUUL煙彈

作為家長，我該怎麼辦？

- 了解電子煙和青少年使用的不同種類的產品。
- 與您的子女討論使用電子煙的風險。
- 詢問您的子女聽過什麼有關吸電子煙的事情，以及他們的朋友是否在吸電子煙。
- 鼓勵開放、持續的對話。
- 不要批評您的子女，但要解釋您對吸電子煙的擔憂。

我在哪裏可以找到更多有關電子煙的資訊？

- 欲了解更多資訊，包括與子女交談的技巧，請訪問 nyc.gov/health，並搜索電子煙（e-cigarettes）