|  |
| --- |
| **三手菸的毒害** 資料來源:健康久久網站菸害防制主題館 |
|  |  全球排名第二的小兒科期刊－「兒科學」（Pediatrics）的研究報告(「Beliefs about the health effects of“thirdhand”smoke and home smoking bans」)指出，所謂「三手菸」(third-hand smoke)，是指菸熄滅後在環境中殘留的污染物。 研究發現，三手菸中的有毒物質包括用於化學武器的氰化氫、打火機油中的丁烷、油漆稀釋劑中的甲苯、砷、鉛、一氧化碳，甚至還包括具高度放射性的致癌物質釙210等，共有11種高度致癌化合物。菸害的暴露，沒有安全範圍；而兒童對於三手菸害特別敏感。 過去人們把有人吸菸時，不吸菸的人所吸到的菸稱為二手菸，或稱為被動吸菸。一般人常誤以為只有當吸菸者正在吸菸時，旁人所吸入的菸才會對身體造成傷害。有些吸菸者會採取一些措施保護其他人，例如：打開窗戶吸菸，跑到其他房間吸菸，打開電扇吸菸，或不在孩子或家人面前吸菸，以為這樣就不會對孩子或其他人造成傷害，或使傷害大大降低。但這其實是錯誤的放心。 研究證實，在家吸菸，會造成有毒物質在家中持續高濃度的殘留，即使菸已經熄滅很久了，這些物質仍會在家庭裡各種表面上（例如桌椅、地板、牆壁、衣廚、澡盆、馬桶……家具）以微粒的形式，形成一層附著物；同時也可以附著於飛塵上；或成為揮發性的有毒複合物，經過數天、數周、數月，飄散到空氣中。吸菸一天，就可以在未來很長時間使出入於那個空間的人暴露到菸害。這些物質在低濃度就具有毒性，包括數種一級致癌物。 因此，研究人員提出「三手菸」的名詞，來強調這些殘留物質對身體有害的事實。這對於還不打算戒菸、又很顧家的人而言，有很大的意義，就是：要保護家人，除了戒菸以外，最好的做法就是：不要在家中任何地方吸菸；要吸菸就到戶外去。同時，研究人員做了一個全美國的電話調查，瞭解成年人對二手菸和三手菸的看法，以及這些看法與當事人家中有沒有實施禁菸的關聯性。研究發現：1.對二手菸和三手菸健康危害的看法高達93.2%受訪者認為二手菸對兒童有害、3.4%說不知道，但認為三手菸有害的只有61.0%、有22%不知道。2.與家中是否嚴格實施禁菸有關的因素在同時考慮各種因素的影響時，各因素的效應如下：(1)對三手菸危害的看法：分析發現，認為三手菸對兒童健康有害以及不清楚是否有害的人，家中有嚴格實施禁菸的比率是認為無害的人的兩倍。(2)對二手菸危害的看法：比較所有認同二手菸有害的人與不認同的人，兩者家中的禁菸政策並沒有顯著差別。只有將認同二手菸有害的人分為強烈認同和普通認同兩個等級來比較時，可看到強烈認同的人家中實施嚴格禁菸的比率較高。這可能是因為二手菸有害的事實已廣為大眾所知，但許多人只是知道，並沒有真的採取較嚴格的行動，或者是有許多態度不那麼強烈的人，以為使用一些方法可以減輕在家中吸菸造成的危害、未必不能在家中吸菸。(3)其他相關因素：研究還發現，以下這幾種人，家中實施嚴格禁菸的比率比較高: 白種人、教育程度越高、本身不吸菸、家中有兒童、社區中有較嚴格的禁菸政策者。相反的，有色人種、未唸大學、自己有吸菸或家裡還有其他人吸菸的，他們的家庭容許在屋裡吸菸的比率比較高。 |