



## 媒體報導

日期： 2011 年 6 月 15 日 (星期三)  
資料來源： HealthyD.com - 健康百科 - 專科百貨  
標題： 增加煙草稅的真相  
網址： [http://www.healthyd.com/articles/specialty/tobacco\\_tax](http://www.healthyd.com/articles/specialty/tobacco_tax)

近日，社會各界就政府增加煙草稅有不少爭議，有人贊成，亦有煙草零售商大力反對，究竟增加煙草稅背後的真相是什麼？

### 禍害深遠

吸煙，每天以兇手的身份在謀殺著無數人的生命：呼吸道疾病、肺功能、心臟病及多種癌症；另外，吸煙會影響性功能，女吸煙者的流產風險亦大大提升 10 倍，並會對胎兒及嬰兒的發育成長帶來長遠的影響，禍及下一代。身邊人如長期接觸二手煙，患上與吸煙有關疾病的風險，隨時比吸煙者還要高。

另有研究指出，每 2 名吸煙人士當中，便有 1 名死於吸煙。如果早於青少年時期已經開始吸煙，其死亡風險更會增高至每 3 名吸煙者有 2 名死於吸煙，其壽命亦會較非吸煙者減少 22 年。

### 隱形兇手

因此，我們必須以所有方法來制止此「兇手」。根據世界銀行資料顯示，當每包煙的售價增加 10%，對煙草的需求就會下降 4%。而世界衛生組織亦指出，煙草稅應佔其售價 7 成或以上，才能有效鼓勵吸煙者戒煙，及預防兒童及青少年開始吸煙。因此除大力推行戒煙服務外，政府增加煙草稅實在是責無旁貸。

既然吸煙有這麼多禍害，為甚麼吸煙人士仍不願意戒煙？

### 斷癮徵狀作怪

吸煙者在戒煙時遇到最大的挑戰就是煙癮發作。吸煙會令身體對尼古丁產生依賴，尼古丁能影響腦部中樞神經，當吸煙時，令吸煙者產生歡愉及醒神的作用；當停止吸煙的時候，由於體內缺乏尼古丁，會出現「斷癮徵狀」：頭痛、頭暈、疲倦、精神不能集中和飢餓感等。為了減低這些「斷癮徵狀」，吸煙者便選擇繼續吸煙及增加戒煙失敗的機會。

因此，現時香港的主要戒煙方法為尼古丁替代療法，如戒煙貼及戒煙香口膠等。透過低劑量尼古丁，舒緩斷癮徵狀，使戒煙者能逐步減低對尼古丁的倚賴。另一方面，中醫亦透過針灸替吸煙者消除煙癮並調理、改善身體因吸煙而帶來的不適，從而增加戒煙成功率。





**基督教家庭服務中心**  
Christian Family Service Centre

香港九龍觀塘翠屏道3號

3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk

傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

### 推動無煙城市

為支持香港成為「無煙城市」，基督教家庭服務中心蒙食物及衛生局健康護理及促進基金資助推行嶄新的戒煙服務，名為「觀塘•愛•無煙」戒煙服務及健康推廣計劃，透過註冊護士的戒煙輔導跟進，及註冊中醫師針灸戒煙療程的跨專業醫療服務，協助吸煙人士戒煙，以減少因吸煙帶來的龐大經濟損失及醫療開支。如有興趣可致電 2191 2299 查詢。

撰文：基督教家庭服務中心綜合家庭醫療健康中心，註冊護士余小雲



香港公益金會員機構  
Member Agency of The Community Chest