

## 二手菸的定義

二手菸就是：

1. 吸入吸菸者所噴出的煙。
2. 吸入由香菸、雪茄、或菸斗點燃後所造成的煙。

由於孩童的肺臟尚在發育中，因此特別容易因二手菸的影響而受到傷害。

經常呼吸二手菸的孩童容易受到下列癥狀之苦：

- 支氣管炎
- 肺炎
- 呼吸道的感染
- 氣喘和咳嗽
- 耳內發炎

流產及新生兒體重不足，與孕婦長期暴露在二手菸的環境中，有很大的關聯。

處於二手菸的環境中的嬰兒，有高危險率會死於嬰兒猝死徵候群。

## 氣喘病與二手菸

氣喘病是一種嚴重的肺疾病，使人呼吸困難它的癥狀包括咳嗽、氣喘、胸悶及呼吸急促。

二手菸會使得健康的孩童成為氣喘病的新病例。

吸入二手菸會使已患有氣喘病的孩童增加他的發病率，及病情的嚴重性。

環境保護機關估計，在美國有大約一百萬的孩童因二手菸而使他們的氣喘病情加重及惡化。

## 如何可以保護孩童

不論你在屋內何處吸菸，二手菸都會隨著空氣飄浮在屋內的任何角落。因此即使是在另一個房間內吸菸，仍然無法使孩童免於二手菸的危害。

- 選擇不在你的家裏或車內吸菸，同時也不許別人這麼做。
- 儘量避免去充斥煙霧的環境中。
- 如果你還在吸菸的話，快戒菸吧！想知道更多有關戒菸方面的資訊，請打電話給亞裔中 (616)331-6592。
- 請在附上的戒菸誓約上簽好名字並交出，就可以得到免費的有關二手菸的資訊。