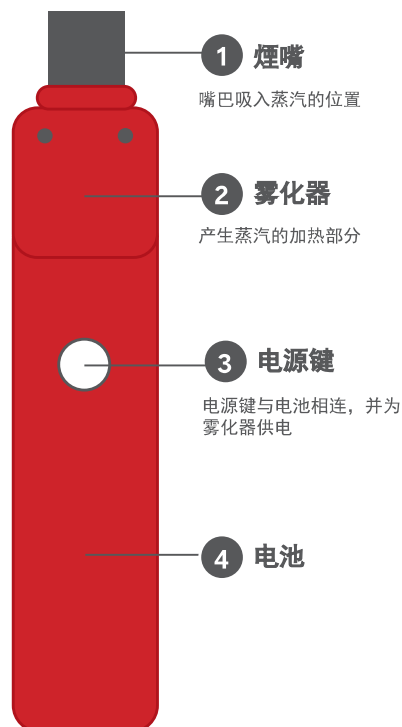


电子煙简介

吸电子煙在青少年中愈加流行。2018 年，高中生抽电子煙的数量几乎增加了一倍。

什么是吸电子煙？

吸电子煙是吸入和呼出气雾的行为，这种气雾剂常指蒸汽，而这种蒸汽是由电子煙或类似设备产生的。使用此术语是因为电子煙不会产生煙草煙雾，而只产生气雾。这种气雾经常被误认为是水蒸汽，但事实上是由微粒组成。这些微粒中许多都含有不同数量的有毒化学物质，而这些化学物质与心脏病、呼吸系统疾病以及癌症息息相关。

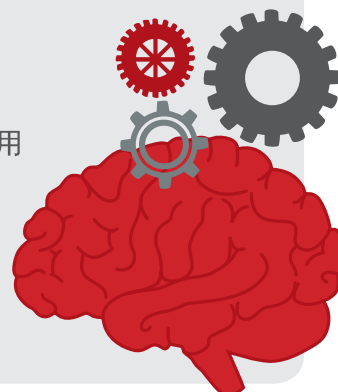


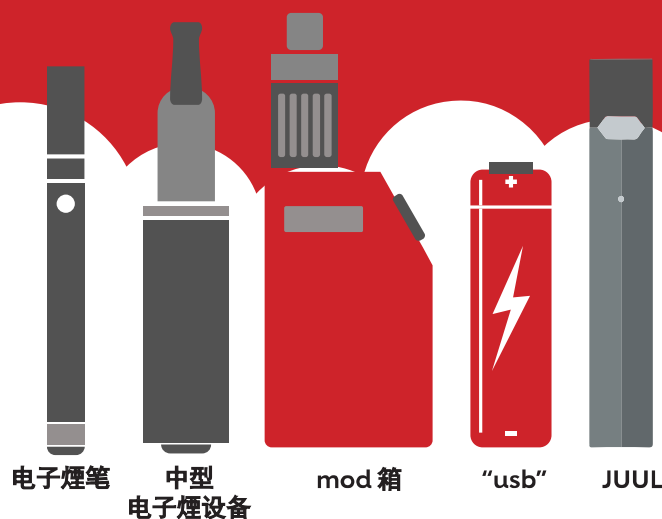
什么是电子煙？

电子香煙（电子煙）是由电池供电的设备，这种设备将尼古丁和香精雾化成蒸汽，供使用者吸食。大多数电子煙都配备一块电池、一个加热元件以及容纳液体或尼古丁盐的地方。使电子煙具有吸引力的味道本身就会产生毒性作用，尽管它们在摄入食物或饮料时是 GRAS（通常被认为是安全的）。

为什么电子煙对儿童、青少年和年轻人不安全？

- 尼古丁会损害发育中的青少年大脑
- 电子煙含有尼古丁
- 使用电子煙产生的尼古丁成瘾可能过渡至使用可燃煙草产品
- 成瘾本身，无论是对尼古丁还是其他药物，都会导致不良行为





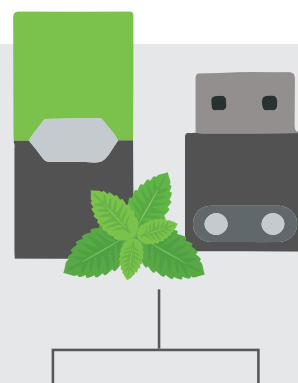
电子烟长什么样？

电子烟有各种形状和大小；迷你（常称为仿真烟）、中型、电子烟笔、像 JUUL 的电子烟 pod 系列、电子水烟袋、电子雪茄、高级私人喷雾器或 mods；还有一些，形状甚至看起来像钢笔和 USB 驱动器。

JUUL 是什么？

JUUL 是一种快速增长的电子烟，此烟于 2015 年在美国上市。目前，它约占美国电子烟产品市场份额的 72%。

- JUUL 极受青少年和年轻人的喜爱，因其设计纤细、形状如 USB 闪存驱动器（这样更容易隐藏）。
- 这种烟有不同颜色和各种口味，包含很多儿童喜欢的味道。
- JUUL 不会产生大片烟雾云，因此符合要求谨慎使用的人。
- JUUL pods 中不仅尼古丁含量高，而且其尼古丁存在于苯甲酸盐而不是游离碱中，这加快了尼古丁的传递速度并降低了口腔和喉咙的刺激感。



JUUL 的尼古丁烟弹（“pods”）含有 20 包普通香烟的尼古丁含量。它的平均长度不同，但一般可以持续最多 200 次抽取。

由于注意到使用电子烟的年轻人数量空前激增，2018 年 12 月，美国公共卫生部向家长、教师和医务人员发布了一份关于电子烟对儿童健康负面影响的警告。

父母们能做些什么？

- 不要使用任何烟草产品
- 与您的孩子讨论吸烟的危害以及避免吸烟的重要性（传统香烟或电子烟）
- 教育孩子电子烟含有尼古丁，这是一种极其易上瘾的物质
- 倡导全面的烟草预防政策（包括电子烟）