



衛生福利部  
國民健康署

廣告/經費由菸捐支應

電子煙

加熱式菸品

你應該知道的



30 問

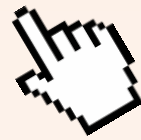




# 電子煙・加熱式菸品 你應該知道的30問 目錄(點選標題傳送門)

認識新興菸品  
避免錯誤期待

2



現行各國政策  
建立知識根基

12

瞭解成分危害  
增進產品認知

22

彙整民眾意見  
釋疑常見問題

35



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問

## 認識新興菸品 避免錯誤期待

電子煙  
加熱式菸品  
30問  
01

維他命棒、果汁棒長得炫又不像菸，不會像抽菸那樣傷身吧？

答. 內含有⚠️ 致癌等危害物質

一級致癌物  
甲醛、乙醛

成癮傷身  
尼古丁

有害物質  
丙二醇  
二甘醇  
可丁寧  
毒藜鹼  
菸草生物鹼



- 傷身又會成癮，近八成以上產品含有尼古丁。
- 含一級致癌物甲醛(福馬林-泡屍體防腐用)。
- 含二級致癌物乙醛。
- 還有丙二醇、二甘醇、可丁寧、毒藜鹼、菸草生物鹼或其他超微粒子與揮發性有機化合物，等於吸入更多有健康風險的物質...
- 吸食過程對於人體口腔黏膜、呼吸道等易引發過敏或傷害反應，增加心肌梗塞的風險。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
02

電子煙只是水蒸氣和香料🍷所以應該沒有二手煙的問題❓

答. 有二手煙危害☁️且不易飄散



- 2017年研究發表於PLOS ONE的研究結果發現，電子煙煙霧中含有重金屬（如：鎳、鉻、銅、鉛、鋅、砷、硒等），且一般來說，濃度均較紙菸高，所以千萬別對人吐煙圈玩啊！
- 電子煙二手煙霧對室內空氣品質的影響，較傳統紙菸更為明顯，於室內環境使用電子煙，其煙霧不易揮散，室內空氣中可測得大量的丙二醇、甘油、尼古丁濃度，同時亦伴隨高濃度的PM2.5微粒。



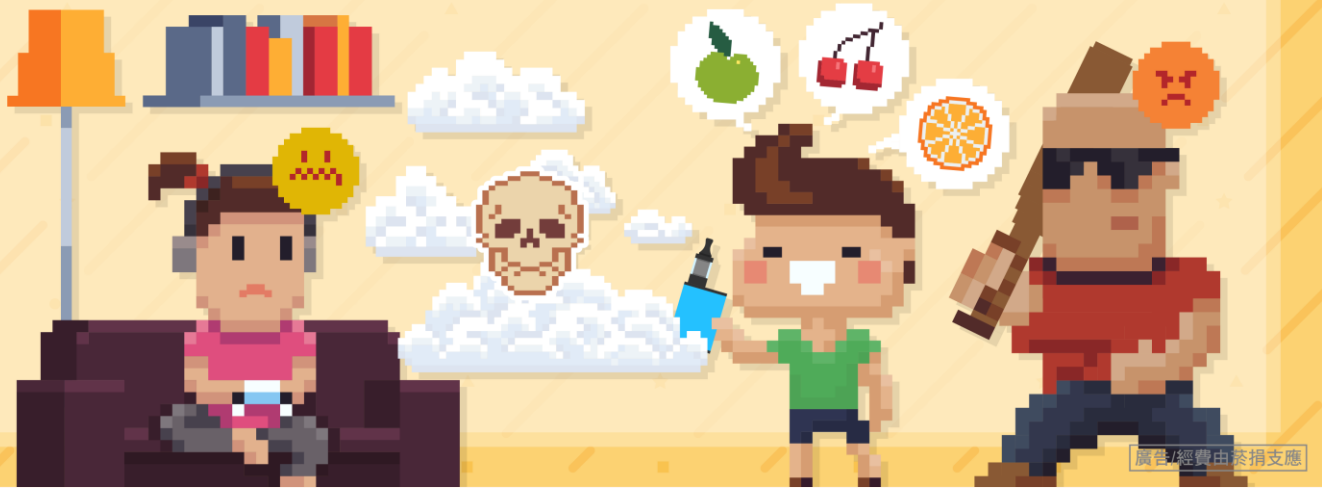


# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
02

電子煙只是水蒸氣和香料🍷所以應該沒有二手煙的問題❓

答. 有二手煙危害☁️且不易飄散



- 使用電子煙2小時後，具有其它污染物包括室內的多環芳香烴(polycyclic aromatic hydrocarbons, PAHs)濃度約增加20%、空氣中的金屬鋁濃度增加2.4倍、室內可吸入性微粒濃度大幅增加11~20倍。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
03

電子煙會自燃或爆炸都是個案，  
沒那麼嚴重啦

答. 國外已有多起重傷或致死案例



廣告/經費由菸捐支應

- 電子煙載具為內置鋰電池之產品，常規運作下震盪元件表面溫度約為 50~60°C。
- 電子煙是由鋰電池點燃，而鋰電池可能因品質良莠不齊，造成受損後因短路、高溫導致自燃現象。美國聯邦緊急事務處理總署 (FEMA) 指出，電子煙存放的環境、周圍的溫濕度、充電的環境、使用者不當使用載具之安全性，都有可能具有潛在的危險，如灼傷、電池爆炸等。國外曾發生多起因電子煙爆炸而使吸食者受重傷。
- 我國目前沒有合法通過的電子煙，故極可能成為不定時炸彈，美國紐約州聯邦參議員也曾呼籲聯邦政府應考慮採取電子煙產品召回行動。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問

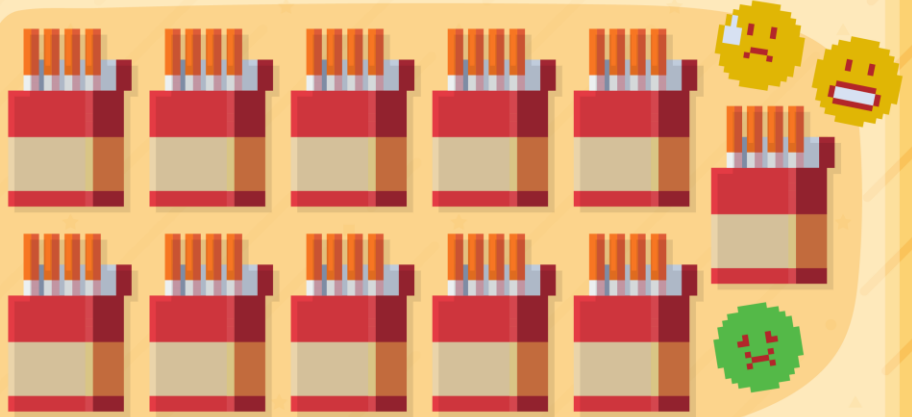
## 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
04

店家說電子煙油都是合法添加物  
對人體沒有危害，是真的嗎？

答. 光是尼古丁就很容易過量使用

1瓶 (30ml) 電子煙油  
尼古丁含量就超過  
11包紙菸  
(225支紙菸)



廣告/經費由菸捐支應

- 電子煙含尼古丁之濃度約2-18mg/ml(一般約6 mg/ml)，一瓶30ml補充液即含180mg尼古丁，相當於225支紙菸(超過11包菸)。若以每支煙匣可注入2-6ml計算，尼古丁量約相當於12-36根紙菸。
- 電子煙油主要成分為丙二醇，與化學合成毒品具有不錯的溶解性，如卡西酮類，根本沒有所謂的合法添加物。
- 此外，電子煙油中所帶有的奶油香氣，主要成分為丁二酮，經過呼吸吸入後可能導致俗稱「爆米花肺」的阻塞性細支氣管炎。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問

## 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
05

聽店家說電子煙是可以幫助戒菸👑  
這是真的嗎❓

世界衛生組織 (WHO) 表示

「沒有證據證明  
電子煙是安全、  
且可幫助戒菸」

專業醫事戒菸才有效且安全  
戒菸專線 0800-636363

廣告/經費由菸捐支應

- 世界衛生組織(WHO)提出警告：「沒有證據證明電子煙是安全且可以幫助戒菸。」
- 美國食品藥品監督管理局(FDA)也指出：「電子煙不是FDA所核准的戒菸輔助工具，沒有充分證據證明電子煙輔助戒菸的有效性，且使用者會接觸到電子煙霧中的有害物質。」



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問

## 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
05

聽店家說電子煙是可以幫助戒菸👑  
這是真的嗎❓

世界衛生組織 (WHO) 表示

「沒有證據證明  
電子煙是安全、  
且可幫助戒菸」

專業醫事戒菸才有效且安全  
戒菸專線 0800-636363

廣告/經費由於菸捐支應

- 《新英格蘭醫學期刊》(NEJM)刊登之最新研究顯示，使用電子煙戒菸者，一年後雖然戒掉傳統紙菸，但有80%戒癮者仍在使用電子煙，而電子煙霧中包含許多有害物質，長期吸食會對健康造成危害。
- 2018年美國布朗大學研究指出，基於目前科研證據顯示，並不支持電子煙有戒菸效果。





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
06

電子霧化器 ● 加熱式菸品 ● E-jice ● 維他命棒名稱好炫，是不是跟電子煙不同？

答. 新興菸品種類多一樣會危害健康



家長務必留意



換名稱只是業者  
吸引青少年購買的手段  
(學生吸食率近年增加近1倍)

廣告/經費由菸捐支應

- 無論是電子煙、電子霧化器或是其他名稱，都是換湯不換藥、是業者想要吸引青少年使用的手段，含尼古丁、有毒致癌物質。
- 根據衛福部國民健康署「青少年吸菸行為調查」結果顯示，國、高中學生電子煙吸食率亦由103年的2.0%與2.1%，竄升至106年2.5%與4.5%，增加近一倍，並有近8成還含有會成癮的尼古丁，所以家長也必須務必留意避免讓孩童接觸。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 認識新興菸品 避免錯誤期待

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
07

抽電子煙、加熱式菸品比紙菸安全  
又不會成癮❌所以安啦❓

答. 同樣含有尼古丁 · 會讓人成癮



健康危害的風險 國際有見解

- 調查發現青少年吸電子煙，嘗試一般菸提升到6倍。
- 吸菸者嘗試電子煙，大部分都造成紙菸和電子煙同時使用，危害雪上加霜。



- 美國藥物濫用研究所（National Institute of Drug Abuse, NIDA）2014年研究也指出，尼古丁暴露可能讓大腦更容易對其他物質成癮，且青少年正值大腦發展重要階段，使用菸品可能造成大腦永久傷害，導致成癮及持續吸菸。當前電子煙以青少年為行銷對象，可能成為青少年吸菸的新入門（gateway）物質。





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 認識新興菸品 避免錯誤期待

電子煙  
加熱式菸品  
你應該知道的  
30問  
07

抽電子煙、加熱式菸品比紙菸安全  
又不會成癮❌所以安啦❓

答. 同樣含有尼古丁 · 會讓人成癮



健康危害的風險 國際有見解

- 調查發現青少年吸電子煙，嘗試一般菸提升到6倍。
- 吸菸者嘗試電子煙，大部分都造成紙菸和電子煙同時使用，危害雪上加霜。



- 依2016年小兒科雜誌(Pediatrics)針對美國加州調查發現，接近成年的青少年(17至18歲且未滿18歲)若曾在2年內吸過電子煙，其嘗試一般菸的機會是沒有吸過電子煙青少年的6倍。
- 歐美資料顯示，吸菸者嘗試改吸電子煙，大部分只會造成紙菸和電子煙同時使用，後果則是同時兩種危害雪上加霜。




# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
08

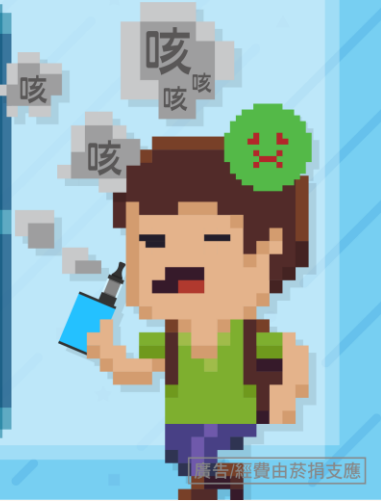
青少年本來就不該吸菸 ⌚  
跟開放電子煙沒關係吧 ❓

答. 易放難收 開放國家有青少年濫用趨勢



 南韓開放進口後，青少年使用電子煙盛行率上升近20倍，缺課率、氣喘盛行率也伴隨增加

 美國有超過360萬青少年為電子煙使用者，FDA將限制調味煙液銷售，並提前其審查截止日



廣告標費由菸捐支應

- 根據資料顯示，南韓於2008年開放電子煙合法進口。結果到了2014年時，南韓青少年電子煙使用盛行率，已較2011年大幅上升近20倍。
- 根據南韓針對3.5萬名高中學生進行的研究，學生氣喘盛行率與電子煙使用率成正比，到校缺課率也隨之增加；研究也指出，電子煙液中的香料成分，會使呼吸道系統受損，並使肺臟過度發炎。




# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
08

青少年本來就不該吸菸 ⌚  
跟開放電子煙沒關係吧 ❓

答. 易放難收 開放國家有青少年濫用趨勢



 南韓開放進口後，青少年使用電子煙盛行率上升近20倍，缺課率、氣喘盛行率也伴隨增加

 美國有超過360萬青少年為電子煙使用者，FDA將限制調味煙液銷售，並提前其審查截止日



廣告標費由菸捐支應

- 全國青少年吸菸行為調查(NYTS)顯示，美國青少年吸食電子煙的情況在2017-2018年間有大幅成長，高中生從11.7%升至20.8%，國中生從3.3%升至4.9%，超過360萬人持續使用電子煙。而吸食電子煙的原因有39%為身邊親友使用；31%為可選用多種調味煙液。美國食品藥品監督管理局(FDA)近期提出遏止青少年使用的新政策，將限制調味煙液銷售，並將其上市審查提前至2021年。



# 電子煙·加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
09

市面上電子煙好像越來越多種類 ⌚  
政府會管嗎 ❓

答. 正研擬納入菸害防制法嚴格管理



廣告/經費由菸捐支應

- 鑒於電子煙是全球新興健康危害議題，各國管制上均面臨挑戰，WHO亦建議各會員國針對電子煙應「從嚴管制」。以防止青少年藉吸食電子煙進而提早接觸菸品。
- 衛福部已研擬菸害防制法修正草案，加強電子煙管制將是其中重要修正議題，草案中將吸食電子煙視同吸菸，明文禁止於禁菸場所吸食及禁止廣告贊助、禁止未滿18歲者及孕婦使用電子煙；且擬明定不得供應電子煙予未滿18歲者；除經依藥事法查驗登記程序審查通過，並取得許可證外，禁止製造、輸入或販售電子煙及其零組件之規定。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
10

只要不含有尼古丁的電子煙就不會有危害了對嗎？

答. 仍會造成呼吸道等健康傷害



衛福部調查市面電子煙，近8成都含有會成癮的尼古丁。

其他主成分對敏感族群（如孩童）易造成皮膚及黏膜、呼吸道等不良影響。

廣告/經費由菸捐支應

- 依據衛生福利部食品藥物管理署於105年受理3,062件電子煙檢體檢驗結果，近8成電子煙液含有具成癮性之尼古丁。
- 然而即便是不含尼古丁的電子煙，內含的主要成分為丙二醇，高濃度丙二醇對皮膚及黏膜具有刺激性，且對於敏感族群如孩童易造成呼吸道傷害，並增加不良健康效應之風險。
- 美國心臟醫學會期刊最新發表研究指出，每天使用電子煙，心肌梗塞的風險會提高。





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
11

不抽紙菸改吸電子煙、加熱式菸品比較不會影響家中小朋友健康是嗎？

答. 仍有二手煙 且會影響孩童發育

✘ 抽完接觸孩童

⚠ 煙霧物質殘留於衣物、傢俱及牆壁



廣告經費由菸捐支應

- 以尼古丁為例，它可經由空氣穿過皮膚進入血液中，或是經由有菸味的衣服附著於皮膚，吸入並不是菸的化學物質進入人體的唯一管道。
- 一項新的研究顯示，因為尼古丁會影響腦部發育，所以特別針對孩子及青少年，若處在有人吸菸或吸電子煙的房內，經由你的皮膚和你的肺部一樣都在吸入這些有害煙霧。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
12

店家常說很多國家已經開放賣電子煙！  
臺灣沒有跟上腳步！是這樣嗎？

答. 世界衛生組織 (WHO) 建議各國  
對電子煙應「從嚴管制」

目前各國管制方式

完全禁止  新加坡  泰國  香港

列為藥品管制  澳洲

菸品藥品雙軌  歐盟

列為菸品管制  美國  南韓



- 電子煙是全球新興健康危害議題，各國管制上均面臨挑戰，世界衛生組織亦建議各會員國針對電子煙應「從嚴管制」。
- 目前各國管制方式
  1. 完全禁止:新加坡、泰國、香港
  2. 列為藥品管制:澳洲(將含有尼古丁電子煙列入藥品管制)
  3. 菸品與藥品雙軌:歐盟(但電子煙管制更嚴格，上市前後都需申報)
  4. 列為菸品管理:南韓、美國(上市前審查，但尚無任何電子煙通過)





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
12

店家常說很多國家已經開放賣電子煙！  
臺灣沒有跟上腳步！是這樣嗎？

答. 世界衛生組織 (WHO) 建議各國  
對電子煙應「從嚴管制」

目前各國管制方式

完全禁止  新加坡  泰國  香港

列為藥品管制  澳洲

菸品藥品雙軌  歐盟

列為菸品管制  美國  南韓



- 美國食品藥品監督管理局(FDA)近期提出遏止青少年使用的新政策，將限制調味煙液銷售，並將其上市審查提前至2021年。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
13

我怎麼了解家中小孩是否抽電子煙？

答. 電子煙產品造型多變化不易察覺  
但都有吸食口可分辨

常見仿菸品  
直立造型

仿行動電源  
或隨身碟造型





廣告/經費由菸捐支應

- 伴隨電子煙產品於銷售市場逐漸朝多樣化發展，除造型越顯潮流外(外觀可能如同手機、行動電源、MP3或隨身碟造型)，諸多可供使用者自行加裝、組裝的外觀/聲光配件的確也讓年輕學子趨之若鶩，除增加使用安全性之問題外(可能自燃/爆炸)，也不容易被教務人員/家長所發覺。
- 由於電子煙仍是以電能驅動霧化器產生煙霧，所以大多從外觀仍可從吸食口、煙油/彈裝填區、電池及啟用開關等部位，以及填充之煙油配件來看出是否為電子煙。
- 另研究指出零用錢較高之青少年，亦容易使用電子煙，家長平時應多關心孩子的作息與零用錢使用狀況。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
14

電子煙油產品外觀酷炫   
這樣沒有問題嗎 

答. 電子煙油應遠離兒童放置  
避免誤食危害



不小心誤食電子煙油  
可能造成如死亡、癲癇發作或昏迷  
等健康危害。



廣告/經費由於捐支應

- 美國食品藥物管理局已向部份涉及誤導性包裝（如果汁盒，糖果和餅乾）、導致兒童可能誤食的電子煙油產品發出警告信。由於這類產品所內含物質(例如尼古丁)，對於不小心誤食的民眾/兒童來說可能造成嚴重健康危害，如死亡、癲癇發作或昏迷。



# 電子煙・加熱式菸品 你應該知道的30問 現行各國政策 建立知識根基

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
15

我想知道更多電子煙、加熱式菸品  
知識內容可以到哪裡看到更多資訊呢？

答. 可前往國民健康署網站查詢



廣告經費由菸捐支應

- 若您有更多關於電子煙、加熱式菸品的相關疑問想要理解，您可以透過以下管道獲知最新訊息：
- [【不吸哈 很可以】遠離電子煙・加熱式菸品 - 主題專區](#)
- [衛生福利部國民健康署](#)



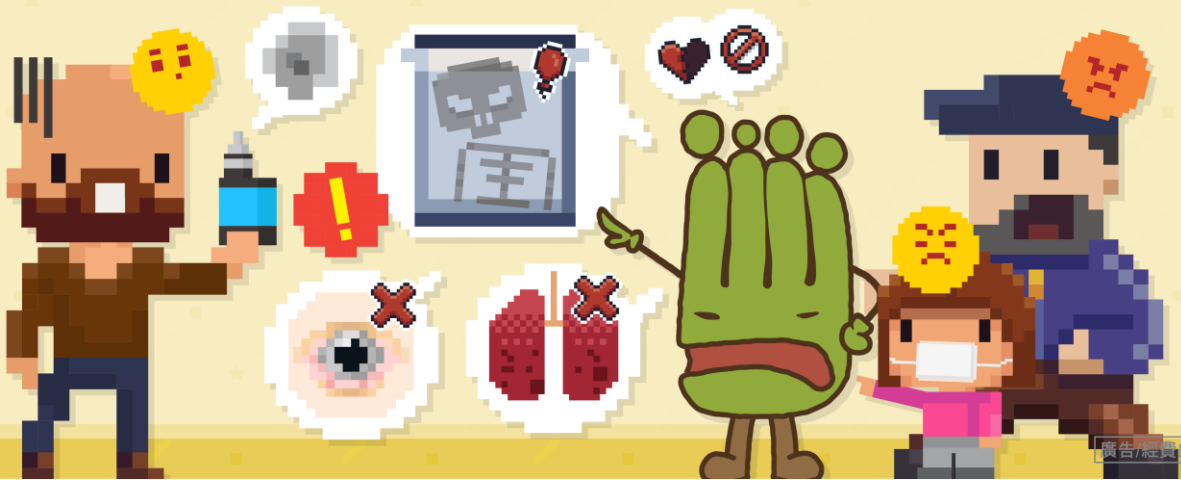


# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

電子煙  
加熱式菸品  
你應該知道的  
30問  
16

吸電子煙會導致癌症嗎？

答. 成分中的**甲醛**被國際癌症研究中心 (IARC) 列為**一級致癌物質** ⚠️



廣告/經費由菸捐支應

- 食品藥物管理署抽驗電子煙中，100%含有甲醛，90.3%含有乙醛，二者皆有致癌性。依據國際癌症研究署 (International Agency for Research on Cancer, 簡稱IARC) 癌症因子分類，甲醛歸類為1級(確定為致癌因子)，乙醛2B級(可能為致癌因子)。
- 吸入甲醛或乙醛會刺激眼部及呼吸道，引起咳嗽、喘鳴、胸痛及支氣管炎，長期吸入可能引起慢性呼吸道疾病，這些內容物對人體皆具有高度危害性。
- 2011年美國國家毒理學計畫描述甲醛為「已知人類致癌物」。

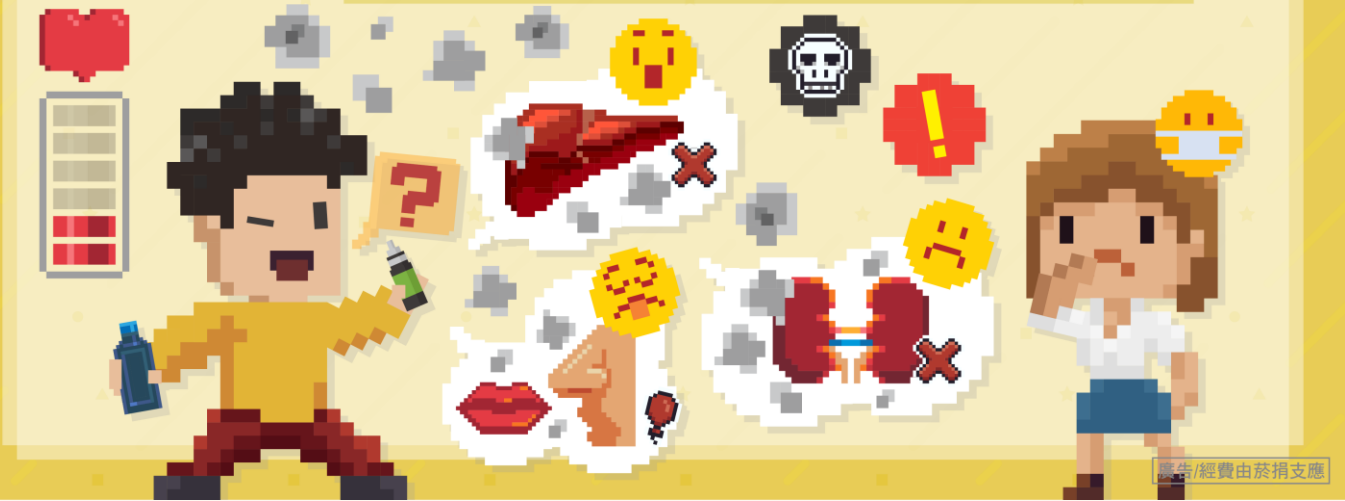


# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
17

為什麼抽電子煙會覺得口乾舌燥？

答. 煙液(油)含有高吸水的甘油及丙二醇，而且還會傷肝、腎



- 電子煙的霧氣會對口腔細胞產生不良健康的影響，並導致口腔組織的細胞損傷。
- 電子煙液多以甘油與丙二醇混合而成，原作為藥物、食品添加劑使用，若直接吸入容易導致口腔與咽喉過於乾燥，對黏膜產生刺激性，過度攝入會造成腎臟損害及肝臟異常。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

電子煙  
加熱式菸品  
你應該知道的  
30問  
18

有人說抽電子煙、加熱式菸品可幫忙  
提振精神及紓壓，這樣健康嗎？

答. 這是尼古丁在刺激神經 小心成癮



- 煙液中的尼古丁會刺激神經在短時間內大量釋放多巴胺，讓人產生愉悅與放鬆感，但不斷刺激之下，神經會無法正常分泌多巴胺，變成需要吸入更多尼古丁，反而成癮無法自拔。
- 尼古丁是從菸草萃取出生物鹼，會影響人體自律神經系統及大腦中樞神經系統，導致冠狀動脈及週邊血管系統疾病、急性心臟缺血、傷口復原力下降、生育能力變差、消化性潰瘍、食道逆流等問題。





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
19

別人說抽電子煙有可能會影響男性的生殖能力，這是真的嗎？

答. 內含菸草生物鹼和加味劑存有風險

有害物質  
菸草生物鹼、加味劑



廣告/經費由菸捐支應

- 菸草生物鹼可能具有抑制男性aromatase酵素的能力，進而引起生殖荷爾蒙失調，並可能增加攝護腺組織增生、發炎、以及癌化之風險。
- 美國FDA於2016年委託「美國國家科學、工程與醫學學院」對電子煙進行研究，根據該單位於2018年提出「Public Health Consequences of E-Cigarettes」報告，長期暴露於電子煙霧氣環境中，會增加癌症和生殖危害風險。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
20

電子煙液(油)常標榜成分為食品添加物，所以應該不會危害身體吧？

答：透過吸入會刺激呼吸道及引發過敏



廣告/經費由菸捐支應

- 目前已知約有7,000種化學成分被使用於電子煙煙液(油)中，多數香料成分雖被認可添加於食品中，但缺乏呼吸暴露毒理測試，吸入對於呼吸系統有刺激性、毒性，易導致過敏等不良影響。
- 煙液帶有奶油味道的香料成分為丁二酮，接觸後可引起噁心、頭痛和嘔吐症狀，吸入恐引發嚴重肺部疾病，像是俗稱「爆米花肺」的阻塞性細支氣管炎。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
21

電子煙和加熱式菸品是一樣的產品嗎?

答. 雖然原理及構造不同，但是  
一樣都會危害健康。

電子煙、加熱式  
菸品皆有害健康



電子煙

填充煙油/液  
加熱並霧化



加熱式菸品

填裝菸草柱  
加熱產生菸霧



廣告/經費由菸捐支應

- 電子煙主要以電能驅動霧化器，加熱煙液(油)為煙霧；加熱式菸品則是將填裝之菸草柱加熱後產生菸霧。
- 雖然原理及構造不同，但兩者同樣都含有致癌有毒物質及導致成癮的尼古丁，而且都會製造二、三手煙，不僅危害自己身體，也影響他人健康。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
21

電子煙和加熱式菸品是一樣的產品嗎？

答. 雖然原理及構造不同，但是  
一樣都會危害健康。

電子煙、加熱式  
菸品皆有害健康



電子煙

填充煙油/液  
加熱並霧化



加熱式菸品

填裝菸草柱  
加熱產生菸霧



廣告/經費由於捐支應

- 根據美國、加拿大、英國聯合研究顯示，16-19歲的青少年29.1%想嘗試電子煙，25.1%想嘗試IQOS加熱式菸品，19.3%想嘗試菸草，所以IQOS加熱式菸品對青少年吸引力比菸草還高。
- 新興菸品藉酷炫造型及業者行銷，讓電子煙及加熱式菸品容易吸引青少年族群關注使用，進而成為染上菸癮的入門物品，必須特別關心。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
22

有人說加熱式菸品是新產品，所以和其它菸品相比較為健康，是這樣嗎？

答：仍含有尼古丁及多項有害物質

有害毒素  
焦油、亞硝酸



廣告/經費由菸捐支應

- 日本、韓國、美國報告皆指出，加熱式菸品與傳統紙菸一樣，都含尼古丁，易讓人成癮，且也含有焦油、亞硝酸(NNN、NNK)、甲醛、乙醛等有害致癌物質，對是否能減少菸害仍有疑慮。
- 世界衛生組織指出，所有形式的菸品都是有毒的，即使是有毒物質含量較少的菸品也一樣，建議應依產品類別(成癮性、吸引性及毒性)，制定管理規範。





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
22

有人說加熱式菸品是新產品，所以和其它菸品相比較為健康，是這樣嗎？

答：仍含有尼古丁及多項有害物質

有害毒素  
焦油、亞硝酸



廣告/經費由菸捐支應

- 2019年發表於菸草控制期刊(Tobacco Control)的最新研究報告指出，加熱式菸品的塑膠材料部份，加熱到90°C左右就會釋出急毒性與高毒性物質：甲醛氰醇(formaldehyde cyanohydrin)，且由於加熱式菸品設備的使用性質，可能會導致吸食的間隔減少，因此可能增加用戶對尼古丁和其他有害化學物質的攝入量。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
23

目前世界各國對於加熱式菸品的管制方式分別是如何呢？

答. 世衛組織 (WHO) 認為應有法規限制

· 加熱式菸品 | 目前各國管制方式 ·

完全禁止  紐西蘭  澳洲  新加坡  香港

認定為菸品  加拿大  日本  德國  英國.. 等

上市前審查  美國

認定為電子煙  南韓



廣告/經費由於捐支應

- 世界衛生組織(WHO)於官網表示，加熱式菸草產品並非電子煙，且應受到所有其他菸草產品之法令與規範的限制。





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
23

目前世界各國對於加熱式菸品的管制方式分別是如何呢？

答. 世衛組織 (WHO) 認為應有法規限制

· 加熱式菸品 | 目前各國管制方式 ·

**完全禁止**  紐西蘭  澳洲  新加坡  香港

**認定為菸品**  加拿大  日本  德國  英國.. 等

**上市前審查**  美國

**認定為電子煙**  南韓



廣告/經費由菸捐支應

## ● 目前各國管制方式

1. 完全禁止:澳洲、紐西蘭、新加坡、香港
2. 認定為菸品:加拿大、日本、克羅地亞、德國、希臘、拉脫維亞、荷蘭、斯洛伐克、斯洛維尼亞、羅馬尼亞、英國、義大利、葡萄牙、匈牙利

### 3. 上市前審查:美國

食品藥物管理局(FDA)於2019.4.30同意iQOS加熱式菸品為「菸品」之申請，表示雖然同意該產品上市，但並不意味著它們是安全的，也不代表認定該產品是減害產品。

### 4. 認定為電子煙:南韓



# 電子煙・加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
24

紙菸、電子煙、加熱式菸品到底哪個  
健康傷害比較少呢？

答. 顧健康不該打折扣・戒菸最正確

## 紙菸

- ☠ 會成癮和致癌
- ☁ 有二、二手菸

## 電子煙

- ☠ 會成癮和致癌
- ☁ 有二、二手煙
- 🔥 不能幫助戒菸

## 加熱式菸品

- ☠ 會成癮和致癌
- ☁ 有二、二手菸



廣告/經費由菸捐支應

- 紙菸:燃燒後產生尼古丁、焦油、亞硝胺、砷、甲醛等超過7,000種化學物質，其中數百種是有毒的，且至少有93種已知致癌物。
- 電子煙:煙液中含有尼古丁、甲醛、乙醛、亞硝胺、丙二醇、二甘醇、可丁寧、毒藜鹼、菸草生物鹼、人工香精等有害物質。
- 加熱式菸品:加熱後產生尼古丁、焦油、亞硝胺、甲醛、乙醛、苯等有害致癌物質。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 瞭解成分危害 增進產品認知

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
24

紙菸、電子煙、加熱式菸品到底哪個健康傷害比較少呢？

答. 顧健康不該打折扣 · 戒菸最正確

紙菸

- ☠ 會成癮和致癌
- ☁ 有二、二手菸

電子煙

- ☠ 會成癮和致癌
- ☁ 有二、二手煙
- 🔥 不能幫助戒菸

加熱式菸品

- ☠ 會成癮和致癌
- ☁ 有二、二手菸



廣告/經費由於菸捐支應

- 韓國食品醫藥品安全廳研究指出，加熱式菸品的尼古丁含量與紙菸相當，一樣會成癮並無助於戒菸，其中，有些產品的焦油含量甚至比紙菸更多，考量世界衛生組織(WHO)及其他國際單位的研究結果，沒有理由相信加熱式菸品是比紙菸有更低的危害。
- 美國食品藥物管理局(FDA)於2018年1月的專家會議，對於加熱式菸品是否可減少菸品傷害、罹病之健康風險?持續吸菸者轉換使用加熱式菸品的可能性?均以投票方式否定。



# 電子煙·加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
25

旅客可以攜帶電子煙、加熱式菸品入境嗎？

答. 不可以，這都是不合法的！



- 電子煙外型似菸品形狀，違反菸害防制法第14條規定：任何人不得製造、輸入或販賣菸品形狀之糖果、點心或其他任何物品。製造或輸入者，可處1萬元以上5萬元以下罰鍰；販售者可處1,000元以上3,000元以下罰鍰。
- 電子煙油若含有尼古丁，則屬偽劣假藥，依藥事法處理。製造或輸入者，可處10年以下有期徒刑；販售者可處7年以下有期徒刑。
- 電子煙油若不含尼古丁，但因電子煙油需與電子煙載具一併使用，為電子煙之重要組成部分，仍屬菸害防制法第14條規範範圍，任何人不得輸入該等物品。



# 電子煙・加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
25

旅客可以攜帶電子煙、加熱式菸品入境嗎？

答. 不可以，這都是**不合法的**！



廣告/宣傳/菸捐支應

- 依據財政部107年2月7日函釋，加熱式菸品屬性定位未確定前，仍屬未開放進口物品。現行如海關查獲加熱式菸品進口者，則依關稅法第96條要求進口人退運；若有不實或虛偽申報者，則依海關緝私條例第37條或第39條先行扣關。





# 電子煙·加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題



邊開車(騎車)邊抽電子煙有違規嗎?

答. 依照道路交通管理處罰條例第31條  
規定, 可處600元罰鍰



廣告 經費由菸捐支應

- 根據道路交通管理處罰條例第31條之1第3項, 已明定汽機車駕駛人行駛於道路, 手持香菸、吸食、點燃香菸致有影響他人行車安全之行為者, 處以600元罰鍰, 民眾使用電子煙也一樣會受罰。



# 電子煙·加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
27

在禁菸的公共場合抽**電子煙**或**加熱式菸品**，這是可以的嗎？

答. 擬納入菸害防制法 未來視同吸菸管理



- 衛福部已研擬菸害防制法修正草案，加強電子煙管制，將吸食電子煙視同吸菸，明文禁止於禁菸場所吸食。



# 電子煙・加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
27

在禁菸的公共場合抽**電子煙**或**加熱式菸品**，這是可以的嗎？

答. 擬納入菸害防制法 未來視同吸菸管理



● 下列為目前菸害防制法所規定的禁菸場所

1. 醫療機構、高中以下學校、供兒童及少年教育或活動為主要目的之場所、製造儲存或販賣易燃易爆物品之場所為「室內、戶外全禁菸」。
2. 大專校院、圖書館、博物館及其他文化或社會教育機構；室外體育場、游泳池或其他公眾休閒娛樂場所為「室內全禁菸，戶外指定區吸菸」。
3. 供公眾休閒娛樂使用之室內場所、三人以上共用之室內工作場所為「室內全禁菸，戶外未禁菸」。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙 加熱式菸品  
30問  
28

網路傳言說電子煙、加熱式菸品沒有  
二手、三手煙問題，這是真的嗎？

答：都有二手煙、三手煙危害



- Schober W.等人於2014年研究電子煙煙霧對室內空氣品質的影響，在室內空氣中可測得大量的丙二醇、甘油、尼古丁濃度，同時伴隨高濃度的PM2.5微粒，傷害他人健康。
- 菸草控制期刊2018年的報告發現，加熱式菸品在人體試驗中測得有害及潛在有害物質(HPHC)的相對含量，皆大於在機器測驗之含量。且排放物含有致癮的尼古丁、致癌物質及其他物質，會刺激或導致肺部細胞的損傷。
- 孩童若持續暴露在二手煙霧的環境，會容易染上尼古丁依賴症候群，造成焦慮、易怒等症狀，影響孩童的學習能力與人際關係，也會增加氣喘、支氣管炎、心臟病等疾病的罹患率。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
28

網路傳言說電子煙、加熱式菸品沒有  
二手、三手煙問題，這是真的嗎？

答. 都有二手煙、三手煙危害



- 三手煙是吸菸後殘留環境中的有毒物質，會吸附在衣物、傢俱、動物身上至少6個月，即使用空氣清淨機都無法有效去除，除了傷害成人，對孩童危害更大，會造成氣喘、過敏、中耳炎，甚至影響大腦發育。





# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
29

電子煙對大腦會造成危害嗎？

會，尤其會傷害到青少年關注及學習能力，且更容易對其他毒品成癮。



內含的尼古丁可能會...

● 傷害大腦關注控制力

● 影響學習能力及習性  
會更易對菸品、毒品成癮



- 美國衛生及公共服務部資料顯示：電子煙中的尼古丁會影響青少年發育中的大腦，造成成癮及情緒障礙，而且尼古丁會改變神經連結形成的方式，可能傷害大腦中控制注意力及負責學習的部分。



# 電子煙 · 加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問  
29

電子煙對大腦會造成危害嗎？

會，尤其會傷害到青少年關注及學習能力，且更容易對其他毒品成癮。



內含的尼古丁可能會...

● 傷害大腦關注控制力

● 影響學習能力及習性  
會更易對菸品、毒品成癮



- 根據美國衛生及公共服務部(United States Department of Health and Human Services；HHS)所建立之[Know The Risks：E-Cigarettes & Young People](#)網站資料顯示，每當創建新記憶或學習新技能時，腦細胞之間都會建立更強的連接。因為成癮算是「學習」的一種，又因青少年的大腦比成年人更能快速地建立連結，所以青少年會比成年人更容易上癮，而且電子煙中的尼古丁也會讓青少年更容易對其他毒品成癮。
- 研究指出，未曾吸菸的青少年在使用電子煙後，未來更有可能嘗試傳統菸品，甚至有部分電子煙還能用來吸食大麻，不可不慎！



# 電子煙·加熱式菸品 你應該知道的30問 彙整民眾意見 釋疑常見問題

你應該知道的  
電子煙  
加熱式菸品  
30問

電子煙、加熱式菸品到底該不該加強管制呢？

根據調查，加強管制是民意共識



91.3%

民眾贊成對電子煙加強管理



92.6%

民眾贊成應該禁止販售電子煙給未滿18歲未成年人



72.9%

民眾贊成全面禁止電子煙輸入國內



廣告費用由菸商負擔

- 根據調查顯示，91.3%民眾贊成對電子煙加強管理，92.6%民眾贊成應該禁止販售電子煙給未滿18歲未成年人，72.9%民眾贊成全面禁止電子煙輸入國內，因此，加強管制電子煙是多數民意的共識。
- 衛福部已研擬菸害防制法修正草案，加強電子煙管制將是其中重要修正議題，草案中將吸食電子煙視同吸菸，明文禁止於禁菸場所吸食及禁止廣告贊助、禁止未滿18歲者及孕婦使用電子煙；且擬明定不得供應電子煙予未滿18歲者；除經依藥事法查驗登記程序審查通過，並取得許可證外，禁止製造、輸入或販售電子煙及其零組件之規定。