

抽電子菸最高罰一萬！這些國家為什麼要對電子菸宣戰，它不是比香菸好嗎？

菸害防制法修法，將全面禁止電子煙、納管加熱菸及其載具，禁菸年齡也提高至 20 歲、校園全面禁菸、菸品警示圖文增至 50%、禁止促銷廣告等。。抽電子菸不就是為了戒菸嗎？電子菸不是沒有尼古丁，也不會產生二手菸嗎，為什麼要禁？

文章語音朗讀・

07:40



圖片來源：Shutterstock

• 文/賀桂芬

發布時間：2023-03-22

「有效輔助戒菸，擬真口感，沒有尼古丁，照樣享受媲美香菸的擊喉感。」這是一則電子菸的廣告，很多老菸槍為了健康，決心戒菸，都會用電子菸做為過渡。

但現在包括美國、加拿大、台灣等很多國家，都開始嚴格管制電子菸，甚至連傳統香菸都沒全面禁止，卻全面封殺電子菸，到底是為什麼？

原來，電子菸在大部份國家被當成 3C 產品來賣，因為造型新潮、口味多變，在歐美青少年之間愈來愈流行，變成一種時尚，更變成許多青少年「進階」抽真正的香菸之前的過渡。

而電子菸對身體無害的看法，也慢慢被推翻，電子菸不但對抽的人有害，也會製造二手菸。

「我抽菸二十幾年，算是個老菸槍了，去年開始用電子菸戒菸，已經成功戒菸一年半了，」聽了廣播，在飛機上比鄰而坐的屏東房地產開發商簡尚輝對記者說，「不懂為什麼要禁，應該像英國一樣鼓勵才對。」

口味多變、造型酷炫 年輕人迷上電子菸

[英國官方 2015 年的一份研究](#)，指出抽電子菸有助於戒菸，且電子菸對人身的傷害比真正的香菸少 95%。《英國廣播公司》（BBC）2016 年也報導，[英國皇家醫學院一份研究報告](#)，建議英國政府鼓勵菸槍用電子菸戒菸。

但亞洲的台灣、新加坡和澳門，卻全面禁止電子菸，美國和加拿大等國，則是在近一、兩年開始採取嚴加監管。

真正的香菸口味和造型變化有限，但電子菸就不一樣了。

「爆珠藍莓」、「檸檬百香果」、「清涼爆口青蘋果」、「甜美香草」、「草莓少女心」、「奧利奧巧克力牛奶」，這些都是不同口味的電子菸菸液，不但口味多變，造型和功能更是酷炫，近年來在全球青少年間開始流行，曼谷 Asia Teak 碼頭夜市，水煙館裡滿滿都是年輕人，他們抽的就是仿古旱水菸筒的電子菸。

根據美國公共衛生局（US Surgeon General）2016 年的統計，2011 至 2015 年，全高中生吸電子菸的人數增加了 9 倍。FDA 局長嘉利伯（Scott Gottlieb）則指出，截至 2017 年底，全美吸食電子菸的高中生，已經超過兩百萬人。

由於電子菸問世的時間還不長，它到底是香菸？還是食品？還是電子產品？電子菸對人體到底有沒有害？和香菸相比何者危害較大？至今沒有定論。

也正因為如此，各國對電子菸該歸誰管？該怎麼管？一直沒有共識，各國採取的管理方式也不一樣（見表）。

在台灣，電子菸屬違法商品，衛福部、食藥署也曾多次對外表示電子菸的安全性尚未經確認，同時也沒有足夠證據證實其有助於戒菸。和台灣一樣全面禁止電子菸的，還有新加坡和澳門。

電子菸是無害的香菸替代品？恐怕並非如此

今年 5 月，美國參議員舒默（Charles Schumer）帶著一名對電子菸重度上癮的高中生所羅門（Jack Solomon）召開記者會，要求美國食品藥物管理局（FDA）加強監管電子菸。

舒默指出，現在的電子菸，體積小得像大姆哥，學生很容易偷偷夾帶進教室。今年才 15 歲的所羅門，就是這樣對電子菸尤爾（Juul）重度上癮。Juul 宣稱適合以前沒抽過菸的人，有多種水果味道，售價 49.99 美元。

所羅門 3 年前開始抽，現在癮已經很大了，想戒都戒不掉。他說，他和同齡的朋友都迷上吸電子菸，偷帶進教室，老師根本不知道那是電子菸，因為它做得很小，看起來 USB。（延伸閱讀：[戒菸後 8 小時 你的身體會起什麼變化？](#)）

到底電子菸是什麼東西？

電子菸正式名稱是電子霧化器（VAPE），是一種可充電的霧化器，靠著加熱線圈，將混合了丙二醇、植物甘油、化學調味香料或尼古丁的菸油，使液體產生煙霧。

因為沒有一般香菸的焦油和抽菸產生的一氧化碳，贊成者視之為無害的香菸替代品，反對者認為電子菸對人體的危害更甚於普通香菸，因為電子菸雖然沒有香菸致癌的焦油成份，但香味化學物被霧化之後的煙霧已經發現含有對人體有害的物質，且煙霧中的細微顆粒，對肺部危害甚大。

電子菸沒有尼古丁？誤會可大了

今年 5 月，美國一名青少女，便因為抽電子菸，被送進重症加護病房。

根據美國醫學期刊《兒科》（[Pediatrics](#)）報導，一名原本身體健康的 18 歲高中女生，開始抽電子菸不久，便出現呼吸窘迫、咳嗽和胸部刺痛的症狀，而且無法深呼吸。三週之後，她因為情況變糟被送急診，然後又被送進重症加護病房。她的肺因為電子菸中的化學物質受損發炎，進而引發免疫系統反應，導致血管滲漏（Leaky），造成肺部嚴重積水。

《兒科》同時也報導，[學者針對兩名懷孕婦女的一份研究證明](#)，孕婦媽咪抽電子菸，對胎兒的體重生長和肺部有影響。

舒默指出，一般人以為電子菸沒有尼古丁簡直是天大的誤解，一管電子菸裡所含的尼古丁，就等於一包傳統香菸，非常容易上癮，因此吸食電子香菸的青少年，成年後多數都會抽菸。（延伸閱讀：[電子煙騙很大 台灣七成含尼古丁](#)）

康州大學（University of Connecticut）的化學家迪米塞提（Karteek Kadimisetty）則是發現，電子香菸和普通香菸一樣會致癌。

「我從來沒有想過電子香菸對 DNA 的危害和普通香菸一樣，」卡迪米塞提說，不僅含有尼古丁的電子香菸和普通香菸一樣有害，不含尼古丁的電子香菸，和有過濾嘴的普通香菸的危害一樣大，這可能是因為電子香菸中有很多化學品添加劑，他們損傷 DNA，由 DNA 損傷導致的細胞突變，會引發癌症。（責任編輯：吳凱琳）

文章引用自：<https://www.cw.com.tw/article/5092525>