



## 郭綜合醫院 戒菸諮詢服務門診

### 菸害知多少

美國醫學報告指出：在燃燒不完全的情形下，二手菸霧含有超過 7,000 種化學物質，250 種已知有害物質，包含 70 種已知的致癌物，當中有 15 種被評估為「第一級致癌物」、「人類致癌因子」。

菸煙的暴露沒有安全劑量，菸煙會造成 DNA 損壞、發炎及氧化性刺激等，造成癌症、心血管疾病與肺部疾病等，即使低濃度的菸煙暴露或二手菸，也會快速造成內皮細胞的功能異常、發炎，進而造成多項疾病。

☼ **二手菸的傷害**：在未禁菸的辦公室工作 8 小時，所吸收的二手菸相當於吸了 6 根菸；在未禁菸的酒吧待上 8 小時，則相當於吸 16 根菸。長期吸到二手菸的民眾和吸菸者的身體傷害差不多，會增加罹患肺癌、糖尿病、心臟病、中風與猝死的發生率，尤其是心血管疾病的發作，無形中也會增加腦機能損傷或發展出失智症的可能性。

☼ **三手菸報告**：「三手菸」是指菸熄滅後在環境中殘留的污染物。菸品燃燒後會釋出潛在的毒性化合物，附著於頭髮、地毯、窗簾、衣服、食物、傢俱等各種物體的表面，即使菸味散去，這些肉眼看不到的毒性微粒，依舊會存在吸菸的環境中，即使關窗、關門、打開電風扇等，也都沒有辦法杜絕這些有毒物質！因此提醒您如要吸菸，務必到室外空曠可吸菸處，以免傷害親愛的家人和小孩！

戒菸門診服務：

☼下列醫師門診可提供戒菸服務

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午	廖健男 嚴珮嘉 吳俊毅 蔡惟全	吳俊鋒 楊倫欣 吳俊毅 蔡明松 梁景堯	廖健男 嚴珮嘉 吳俊毅 施得恩	吳俊鋒 廖再緯 嚴珮嘉 徐漢仲 姜林文祺	吳俊鋒 廖再緯 嚴珮嘉 徐漢仲 蔡惟全 蔡明松 梁景堯	吳俊鋒 廖健男 徐漢仲
下午	廖再緯 徐漢仲 梁景堯 蔡明松	蔡惟全 施得恩	廖健男 姜林文祺	楊倫欣 嚴珮嘉	吳俊毅 施得恩	
晚上	吳俊鋒 姜林文祺 梁景堯	嚴珮嘉	徐漢仲	吳俊毅	廖健男	

☼提供戒菸衛教諮詢服務。

☼參加戒菸門診條件：需健保身份，年齡須滿 18 歲。

☼戒菸藥物治療服務：國健局實施「二代戒菸治療試辦計畫」戒菸藥費補助，每次看診僅需繳交最高 200 元，免收藥品部分負擔。

☼戒菸門診專線 06-222-1111 轉 1222(戒菸衛教師)。

☼本院符合國民健康局戒菸特約醫院，如有需要可與專線連絡。

