



# 禁 無煙「加」企業 員工更「熱」烈 煙



職場  
隱形殺手  
「加熱煙」

加熱煙知多點

P.1-3

無煙工作間

P.4-5

計劃介紹

P.6

# 加熱煙

# 知多點

上期通訊介紹了電子煙的禍害，今期通訊將繼續探討另一種新型煙草產品---**加熱非燃燒 (Heat Not Burn) 煙草製品**（下稱**加熱煙**）（見下圖）。煙草商聲稱**加熱煙「幫助戒煙？」**、「**不會上癮？」**、「**禍害較傳統煙少？」**等，吸引吸食傳統煙人士轉用加熱煙。

加熱非燃燒煙  
同樣是煙草產品



各國對加熱煙的監管方案不一，大部份國家將其納入現行控煙法例，與傳統煙草產品一同規管。甚至有國家和地區（如**新加坡**、**台灣**、**泰國**及**澳門**）**已經禁止**加熱煙的銷售和宣傳推廣。

一般人容易將加熱煙與電子煙混淆，今期通訊將與大家剖析**加熱煙**。加熱煙有別於電子煙，透過**電池**驅動高溫加熱（非燃燒）**已加工**的煙草（而非對液體加熱），產生含**尼古丁**及其他化學物質的煙霧，讓使用者吸入。這產品內含**真正煙草**，可稱為**煙枝/ 煙彈**，產品多數被加入香味添加劑，因此沒有傳統煙難聞的氣味。

加熱煙物質	害處
尼古丁	導致成癮、高血壓、中風及心臟病等問題
焦油	引起咳嗽及痰；薰黃手指及牙齒
乙醛、苯並芘、多環芳香烴等	致癌物質

## References:

COSH: <https://www.smokefree.hk/tc/content/web.do?page=hnbtp>

TCO: [https://www.tco.gov.hk/tc\\_chi/infostation/infostation\\_hnbtp.html](https://www.tco.gov.hk/tc_chi/infostation/infostation_hnbtp.html)

世界衛生組織 加熱不燃燒煙草製品情況介紹

[http://origin.who.int/tobacco/publications/prod\\_regulation/heated-tobacco-products/zh/](http://origin.who.int/tobacco/publications/prod_regulation/heated-tobacco-products/zh/)

# 相關法例你要知



**注意：加熱煙含有煙草成份！  
勿買走私煙！**

根據《應課稅品條例》（香港法例第109章），加熱煙中的煙草屬應課稅品，其進口、出口、製造等，必須向香港海關申領牌照及許可證。如進口煙草產品作本地銷售，則須繳付有關稅款。售賣或管有未完稅煙草產品，即屬違法。如違反上述條例，最高刑罰為罰款100萬港元及入獄2年。

**注意：在法定禁煙區內吸食加熱煙屬違例！**

根據《吸煙（公眾衛生）條例》（香港法例第371章），在法定禁煙區內吸食任何煙草產品（包括傳統煙及加熱煙）均屬違例，違者定額罰款1,500元。

**注意：加熱煙含有尼古丁（是受管制的毒藥）！**

含尼古丁的加熱煙屬藥劑製品，受《藥劑業及毒藥條例》（第138章）規管，在本港出售前必須經藥劑業及毒藥管理局註冊。尼古丁在第138章內被列為第1部毒藥，並只可根據條例合法管有或銷售。管有或銷售未經註冊藥劑製品均屬違法。一經定罪，可被判罰款十萬元及監禁兩年。

**戒煙迷思（一）：「我食煙先可以減到壓！」**

香港地生活節奏急速，「搵兩餐」都無時間食兩餐。為左減壓去食煙，唔單止身體受損，而且煙仔會令你係無食煙既時候覺得更大壓力同焦慮（退癮症狀），形成惡性循環。不如搵我地既輔導員傾下，睇下有無方法減壓之餘，又可以健康D啦！

#### References:

電子版香港法例《吸煙（公眾衛生）條例》（香港法例第371章）  
[https://www.elegislation.gov.hk/hk/cap371!zh-Hant-HK?xid=ID\\_1438403108422\\_002&INDEX\\_CS=N](https://www.elegislation.gov.hk/hk/cap371!zh-Hant-HK?xid=ID_1438403108422_002&INDEX_CS=N)  
電子版香港法例《應課稅品條例》（香港法例第109章）  
<https://www.elegislation.gov.hk/hk/cap109!zh-Hant-HK@2014-12-05T00:00:00>

電子版香港法例《藥劑業及毒藥條例》（香港法例第138章）  
<https://www.elegislation.gov.hk/hk/cap138!zh-Hant-HK>  
電子版香港法例《藥劑業及毒藥規例》 附表10 毒藥表  
<https://www.elegislation.gov.hk/hk/cap138A!zh-Hant-HK@2016-11-25T00:00:00>

# 相關知識你要知



## 化驗結果

立法會衛生事務委員會有關「**規管電子煙及其他新煙草產品的立法建議**」的文件指出，政府化驗所為**7款加熱煙樣本**進行檢驗，結果發現**所有氣霧樣本**都確定含有**尼古丁和焦油**。此外，這類產品也會令旁人吸入**支流煙和二手煙**，只是**無色無味** (或有香味添加劑)，令人**防不勝防**。

## 世衛建議

世衛明確指出使用任何煙草產品，包括**加熱煙**在內，都是**有害健康**的。煙草本身具有**毒性**，即使是天然形式也含**致癌物質**。根據《世界衛生組織煙草控制框架公約》指引，處理加熱煙草製品應像對所有其它煙草製品一樣，採取**政策措施和監管措施**。

## 戒煙迷思(二): 「食咗三十年煙，戒唔甩啦！」

習慣同唔捨得可能係你戒煙既難題。同煙仔相處左幾十年，突然之間要離開呢位「老朋友」，實在唔容易。但離開壞朋友後，可以認識新朋友/建立新興趣，例如：運動、聽歌、看電影等，話唔定你可能一試愛上呢！



# 無煙工作間

# 大家都是贏家

無煙工作間是國際大趨勢，除了歐美地區，中國及其他發展中國家亦開始積極推廣。以中國為例，分佈在各地的幾十家企業（如百度公司、攜程旅行網、長安汽車等），共同加入了世衛與中國疾病預防控制中心聯合推出的無煙倡議，承諾為所有員工提供百分之百全面無煙的工作場所。據世衛組織去年發佈的一份報告顯示，僅中國全國範圍內的所有辦公室全面禁煙，就將使中國男性吸煙人數降低1300萬，在50年內可以避免600萬人過早死亡。

## 對僱主的好處：

- 1. 員工更健康和更有生產力**  
吸煙的男士缺勤比非吸煙男士機會高60%，而吸煙的女性缺勤比非吸煙的女性高15%。
- 2. 清潔和維修成本會下降**  
沒有禁煙的企業的清潔成本比無煙企業的高於10%。
- 3. 提高企業的健康形象**  
推行無煙工作間能在社會上樹立一個良好的榜樣，顧客看到無煙標誌後會感受到企業「顧客至上」的關注。

## 對僱員的好處：

- 1. 減煙或停煙的重大誘因**  
對吸煙者而言，無煙工作間可成為他們減煙或停煙的重大誘因，進一步保障他們的健康。
- 2. 二手煙不再**  
對非吸煙者而言，二手煙帶來的健康風險會不復存在。
- 3. 收入增加**  
兼職僱員因病缺勤次數下降，收入亦會增加。

### References:

WHO Western Pacific Region Revolution Smoke-Free Toolkit <https://web.wpro.who.int/revolutionsmokefree/>  
世界衛生組織 中國企業加入世界衛生組織無煙工作場所倡議 <https://mp.weixin.qq.com/s/bTBsT7JZ6mya3ri0AIC7ew>

# 六招推行無煙工作間

既然無煙工作間有不同好處 為何不嘗試推行呢?

以下有六招

## 專責小組

組成一個專責小組(如健康關注組), 成員包括各部門的管理層和前線工作人員代表。成員應包括吸煙者、非吸煙者和已戒煙者。

## 推廣

無煙政策正式生效前, 管理層發出正式文件給各部門主管。公司提前為部門主管提供足夠培訓, 回應員工的憂慮及疑問。

## 實施

在公司當眼處張貼「禁止吸煙」標誌, 移除煙灰缸和煙蒂收集箱。為政策推動舉辦開幕典禮。

幫到大家

## 無煙政策

參考不同公司的無煙政策, 制定書面的無煙工作間細節。在政策推出前, 就員工對政策的看法與態度進行調查, 作為修定合適政策的基礎。

## 戒煙支援

提供戒煙機構(例如東華三院戒煙綜合服務中心)的聯絡方法, 為有意戒煙的員工作出轉介。

## 監測和評估

監測無煙工作間政策的執行情況。通過一致的執法可確保政策的可持續性, 直到員工自我實施政策為止。

# 計劃內容

## 即場戒煙

本計劃與不同企業合作，以外展方式提供職場戒煙工作坊，內容包括：**戒煙講座、健康檢查測試、戒煙評估**。計劃可以安排註冊護士即場為有意戒煙者進行戒煙評估，並為合適者派發**領藥信**。戒煙者憑信可到中心領取**一星期的免費戒煙藥物(尼古丁補充劑)**，紓緩戒煙初期可能面對的退癮徵狀，提高戒煙的決心。

本中心的「職業無煙健康計劃」願意為有意推行無煙工作間的企業提供戒煙支援，詳情如下：

## 度身訂造

計劃因應**個別企業的需要及工作環境**，提供適切的服務內容。配合企業職業健康活動，提供更直接的**健康檢查及即場戒煙登記**。總而言之，只要有意協助員工戒煙，無論各行各業，計劃都能提供不同的支援。



### 戒煙迷思(三):「戒煙令我失去人生唯一的樂趣」

係你生活當中，可能無咩野令你感到有趣。又可能你習慣左唔開心，整番支煙會令自己「爽D」、「舒服D」。其實唔開心、無聊既時候，仲有好多其他好玩既野可以做。不如同我地輔導員傾下，同你一齊尋找煙仔以外既快樂啦！

# 活動花絮



6月13日及6月20日 新輝建築有限公司 (南昌工地)  
 護士即場為工友們進行戒煙諮詢，並為合適用藥者派發領藥信。  
 憑領藥信者可到中心領取一星期免費戒煙藥物，盡早體現無煙生活。



7月25日 新輝建築有限公司 (司徒拔道)  
 為工友們提供無煙健康講座，其中傳遞  
 「電子煙及加熱煙無助戒煙」的信息。



8月29日 大埔益力多食品製作工廠  
 我們正在進行一氧化碳呼氣測試。  
 看！員工們都十分投入呢！



# 立即登記



一步

一腳印

## 職業無煙健康計劃

總辦事處：灣仔駱克道194-200號  
 東新商業中心17樓

電話：2827-1068 (曾先生)

傳真：2827-2628

電郵：icsc-online@tungwah.org.hk

戒煙熱線：2332-8977

中心網址：<http://icsc.tungwahcsd.org/>

歡迎企業機構預約服務，以及索取企業無煙  
 宣傳物品 (例如：海報、單張及禁煙標貼)

Photos Designed by Freepik

支持企業無煙之部份企業名單 (排名不分先後)

