

## 114 年 5 月份衛生保健教育宣導專欄—提升地球力 向菸品說不

資料來源：衛生福利部國民健康署

菸草不僅每年造成全球超過 8 百萬人死亡，而從種植、製造、使用到丟棄各階段，更造成大量能源消耗、釋放碳排放，進而污染環境。台灣成人吸菸率十多年來已由 21.9% 降至 12.8%<sup>1</sup>，國民健康署呼籲響應 4 月 22 日世界地球日，全民一同拒菸，不僅護健康，更為地球環保盡心力。

### 菸草危害層面廣 正視影響不忽視

吸菸是非傳染性疾病的重要危險因子，每年造成全球超過 8 百萬人的死亡<sup>2</sup>。此外，菸煙污染空氣，且使非吸菸者暴露在二手菸和二手菸危害物質，其中至少包含 70 多種致癌物。而各種形式的菸草製品其廢棄物也透過污染河川、海洋和海洋生物等途徑，釋出毒素危害人類。根據世界衛生組織(WHO)報告<sup>3</sup>指出，全球每年菸草生產約耗費 220 億噸水資源；向環境中排放 8,000 萬噸二氧化碳，約為駕駛 1,700 萬輛汽油動力汽車產生的碳排放量；為種植菸草而砍伐的樹木占全球森林砍伐面積的 5%。顯見菸品從健康毒害到造成氣候變遷，直接或間接的破壞力皆不容小覷，正不斷傷害地球，更危害您我生存的權利。

### 珍惜地球資源 拒菸提升地球力

依據 WHO 菸草控制框架公約第 18 條<sup>4</sup>，政府應透過與菸草相關的國家政策來保護環境和與環境有關的人員健康。113 年國人吸菸行為調查結果<sup>1</sup>顯示，18 歲以上成年人吸菸率由 97 年 21.9% 降至 113 年 12.8%，降幅超過 4 成 (41.6%)。國民健康署透過推動營造無菸環境、二代戒菸服務、菸盒健康警示圖文、禁止菸品廣告促銷贊助及徵收菸品稅捐等措施，並持續宣導菸品危害，協助國人遠離菸害。國民健康署呼籲，地球健康與人群健康密不可分，拒絕菸草不僅避免人體危害，透過降低菸草消費，更可達到保護地球珍稀資源、減少碳排放，緩和氣候變遷等對環境的正面影響。

2025 年世界地球日的主題是「提升地球力」(Our Power, Our Planet)，國民健康署呼籲國人發揮環保行動力，向菸品說不。每個人微小的改變與選擇，包括拒菸、減碳、節能等，都能夠累積力量，共同影響地球的永續未來。



## 做個地球好公民 遠離菸品說做就做

國民健康署表示，任何形式的菸品都有害，立即遠離菸害才能迎向健康，對於吸菸的民眾，國民健康署提供多元戒菸服務，全臺超過 2,700 家戒菸合約醫事機構（醫院、診所、衛生所及藥局）提供專業的戒菸服務，民眾也可撥打免費戒菸諮詢專線「0800-636363」，或利用 line 通訊軟體（ID：@tsh0800636363）進行戒菸相關諮詢。禁菸意識及環保意識早已是全國民眾的共識，國民健康署邀請大家一同拒菸，遠離菸害，邁向淨零碳排，一起成為地球好公民。

戒菸資源：

- ◎ 免費戒菸諮詢專線：0800-63-63-63、line 通訊軟體（ID：@tsh0800636363）
- ◎ 全國近 2,700 家戒菸服務合約醫事機構（查詢電話：02-2351-0120）
- ◎ 洽地方政府衛生局（所）接受戒菸諮詢或服務，可免費索取戒菸教戰手冊

### 電子煙裡可能 有哪些壞東西？



### 電子煙 不能幫助戒菸

目前新北市有587家合約醫療院所可提供戒菸服務，詳情請洽

1. 免費戒菸諮詢專線  
**0800-63-63-63**  
(週一至週六上午9時-下午9時)

2. 戒菸治療管理中心  
<http://ttc.hpa.gov.tw/quit/>  
電話：02-2351-0120

3. 本市29區衛生所

新北市政府衛生局 關心您  
Department of Health, New Taipei City Government

本案經費來自菸品健康福利捐 廣告



學生事務處衛生保健組 關心您~