

# 抽菸對健康的影響



**糖尿病：**會影響糖類代謝、胰島素功能變差，使血糖控制不易，甚至增加細胞損傷及發炎，抽菸容易導致糖尿病。

**肺部疾病：**菸中的焦油成分會引起慢性阻塞性肺病、氣管炎、肺氣腫、肺炎、流感等，甚至引發氣喘發作。

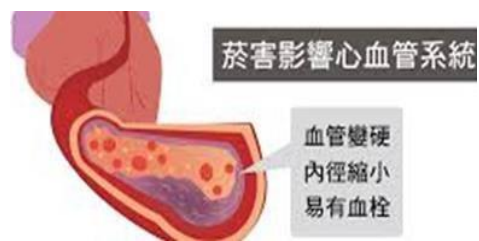


**消化系統：**會影響胃在餐後中和酸性能力，使酸侵蝕胃黏膜，讓胃潰瘍難治療且容易復發。



**眼科疾病：**菸會使眼睛疾病惡化、視力退化及黃斑部病變。易得白內障，更會讓黃斑部退化而導致失明。

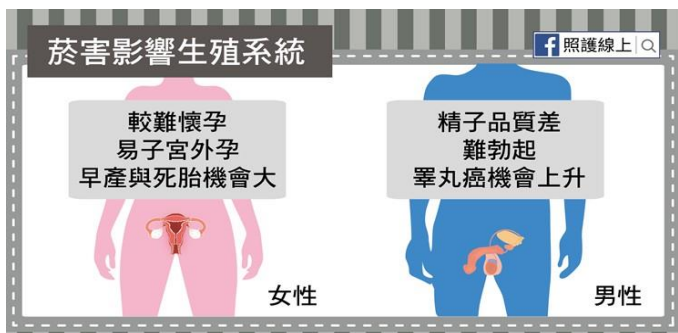
尼古丁會造成血循不良及過度氧化反應，降低葉黃素吸收，進而減少黃斑部葉黃素的量



**骨骼系統：**菸抑制副甲狀腺素分泌，減少鈣吸收導致骨質疏鬆，增加骨折風險。



**生殖系統：**使男性精子退化影響精液品質和勃起困難、持久度下降；女性經期不規則、無排卵、不孕。



**傷口癒合：**影響傷口的癒合經研究證實手術前戒菸會降低手術併發症。

**癌症：**菸含7000多種化學物質，致癌物69種，癌症死亡人口中，有30%和吸菸有關。如：肺癌、口腔癌、喉癌、肝癌、子宮頸癌等。

**外貌：**因吸菸的動作(嘟唇及閉眼等)以及吸菸加速膠原蛋白的流失，造成皺紋、皮膚乾燥、變色等；此外，也會造成指甲變黃、落髮、頭皮紅疹。



**懷孕：**易導致胎位不正、流產、死胎、早產或出生後夭折(增加33%)，減少泌乳量。



**青少年：**導致生長矮小、注意力不集中、肺活量變差。愈早接觸菸品，影響健康越大。

**嬰兒：**二手菸會致使嬰兒體重偏低、猝死、肺功能不全、氣喘。

根據世界衛生組織資料顯示，吸二手菸的寶寶咳嗽機會增加為1.67倍，氣喘機會增加為1.50倍。

## 本院戒菸資源

### 二代戒菸：

- 條件：滿18歲以上，其尼古丁成癮度測試分數達4分(含)以上或平均1天吸10支菸(含)以上者。
- 療程：每年二次療程，一次療程八週。
- 費用：符合國健署補助對象自付掛號費100元及戒菸藥品免收部分負擔費用。
- 應備證件：健保IC卡，若是初診需帶身份證。

## 134門診戒菸諮詢室

服務內容：戒菸諮詢、戒菸藥品、溫馨提醒與鼓勵支持、戒菸成功後的追蹤關懷。

戒菸單打獨鬥的時代過去了！經研究證實有醫師、護理師等戒菸專業團隊的協助，讓你成功戒掉“菸”！



諮詢電話：049-2912151  
轉門診分機：3134

資料來源：衛生福利部國民健康署、  
圖片來源：網路截取