

保持無香煙煙霧的空氣



家里



工作場所



公共場所



飲食場所

被動煙危害健康

被動(二手煙)吸煙者患上各種和吸煙有關疾病的風險高。

- 婦女，尤其是吸煙者的妻子
 - 患上肺癌的風險比不吸煙者的妻子高出 30%。
 - 如懷孕，則會有產下體重不足，早產或畸形嬰孩，或胎兒流產，夭折或猝死併發症的風險。

• 吸煙者的同事、同住或同室者。

- 他們將受到以下的影響：
 - ◆ 咳嗽
 - ◆ 眼痛
 - ◆ 煙味干擾
 - ◆ 敏感
- 如果他們患有臟病的話，將更容易發生心臟病發作，而有哮喘者也更容易發生嚴重哮喘發作。

• 兒童，尤其是父母是吸煙者的兒童。

- 容易患上氣管、耳、肺部感染及疲勞。

**堅持您的權利，
享受清新無煙的空氣。**

如何保持無煙空氣



被動煙(二手煙)是點燃的香煙所發出的煙霧和吸煙者吐出的煙霧所混合而成。

被動吸煙者指那些不吸煙但卻吸入被動煙霧的人。

各種和被動煙有關連的疾病包括：

- 心臟病
- 肺癌
- 慢性氣管障礙

在家里

- 確保家人或客人不在家里吸煙。
- 不在家里放有任何鼓勵吸煙習慣的東西，如打火機和煙灰缸。
- 一家之主要以身作側，作為其他家庭成員不吸煙的好榜樣。
- 勸導吸煙的家庭成員戒煙。

在工作場所

僱主

- 制定禁止員工，包括處理飲食的員工，在工作時吸煙的政策。
- 在顯著的地方放置禁煙告示牌。
- 為員工舉辦禁煙和戒煙運動。

員工

- 勿開始吸煙。
- 如已染上煙癮，即刻戒煙。
- 支持和遵守工作場所的禁煙政策。
- 鼓勵吸煙的同事戒煙。

在公共場所

- 確保無人在禁煙區吸煙
- 根據 1997 年煙草產品管制條例，禁煙區如下：—
 - 娛樂中心及電影院
 - 醫院及診所
 - 公共電梯
 - 空調飲食場所
 - 公共交通工具
 - 冷氣店
 - 購物中心
 - 機場
 - 民衆會堂
 - 高等學府
 - 政府屬地
 - 幼兒院及托兒所
 - 公共車站
 - 學院
 - 銀行、金融機構
 - 油站
 - 服務櫃台
 - 體育中心
 - 體育館



在交通工具上

公共交通工具

- 遵守公車上的禁煙條例。
- 不吸煙的乘客應表達他們享受無煙清潔空氣的權利。

私人交通工具

- 避免一面駕駛，一面吸煙，因為這不但會危害乘客的健康，也會造成交通意外。



保持無煙空氣，是我們的共同責任和權利，
請即行動！

