

# 疾控专栏 健康生活

龙游县疾病预防控制中心电话:7021845

健康知识普及行动、控烟限酒行动

## 无烟 为成长护航

2023年5月31日是第36个世界无烟日，本次世界无烟日的主题是“无烟 为成长护航”。

### 青少年控烟宣传核心信息

- 1.所有形式的烟草制品都是有害的。
- 2.烟草中的尼古丁可使人成瘾，一旦成瘾很难戒断。
- 3.暴露于尼古丁可能影响青少年的大脑发育。
- 4.吸烟会严重损害青少年呼吸系统和心血管系统，并且会加速其成年后慢性病的发生。
- 5.电子烟会对青少年的身心健康和成长造成不良后果，同时会诱导青少年使用卷烟。
- 6.开始吸烟的年龄越早，吸烟的量越大，烟草对身体造成的危害也越严重。如果你已经开始吸烟，应当立即戒烟。
- 7.二手烟暴露严重危害健康，即使吸入少量烟草烟雾，也会对身体造成损害。为了自己的健康，你应该向二手烟说不。
- 8.所有向未成年人售烟(包括电子烟)的行为都是违法的。
- 9.校园范围内禁止发布各种形式的烟草广告。
- 10.烟草危害环境，在整个生命周期都会污染地球并损害所有人的健康。

2023-05-31  世界无烟日

# 无烟 为成长护航



码上  
戒烟

中国戒烟平台

中国疾病预防控制中心