

電子菸無助戒菸！醫警告電子菸危害：肺活量半年少 3 成！



北市聯合醫院陽明院區胸腔內科醫師蘇一峰日前分享台灣首例成人電子菸肺損傷案例，一名男子本希望使用電子菸來戒菸，但身體卻越來越差，除了發生找不出原因的腹脹、腹瀉，後來更由 X 光檢查發現肺炎，一年就因肺炎住院 4 次，不但自家開店生意受影響，使用電子菸半年下來，更導致肺活量減少 3 成、身體不適還瘦了 10 公斤！

此外，台灣學童胸腔暨重症醫學會理事長、中山醫大附醫兒童部醫師呂克桓教授也分享，自己曾有一位 15 歲男性病患，因呼吸喘商掛急診，但檢驗追問之後發現，該患者竟從小學 5 年級就開始接觸電子菸，診察結果更確診為嚴重肺損傷！

蘇一峰醫師也在臉書持續發文提醒，台灣的電子菸超過 9 成來自中國走私，但中國早已於 2019 年就有禁止販賣的相關規定；此外，WHO 也於 2020 年 12 月發表專家會議結果強調，加熱菸、電子菸等菸品並沒有比傳統香菸來得健康，同樣對人體有害，因此更應該加強管理，台灣民眾也更應該注意電子菸的危害。

多數人對電子菸的認知，仍停留在傷害性低的印象，但隨著近年醫學及毒物學的多項研究，屢次證實電子菸的健康危害不亞於傳統紙菸，人體心、肺、肝、腎等重要器官均會受到菸害威脅，甚至增加致癌機率。

董氏基金會日前就分享澳洲雪梨科技大學檢測市售電子菸的成果，該研究在菸油樣本中採出 1064 種化學物質，其中 164 種有毒；甚至標示無尼古丁的大部分仍有添加尼古丁成分，揭露行銷不實。

電子菸危害器官範圍甚廣，較常見的就是肺傷害，台灣學童胸腔暨重症醫學會理事長、中山醫大附醫兒童部醫師呂克桓教授就曾收治 15 歲男學生因呼吸喘傷掛急診的案例，檢驗加追問後得知該患者從小學五年級接觸電子菸，確診為嚴重肺損傷；胸腔內科蘇一峰醫師也曾分享實際個案，表示一名男子改抽電子菸後，出現易喘、呼吸窘迫等症狀，即使經治療後肺功能已不如以往，仍需使用擴張劑。

接觸電子菸，大腦及免疫系統也可能出現問題。外科醫師白映俞表示，使用電子菸有機會出現震顫、頭重腳輕、暈眩的狀況。且尼古丁具成癮性，不吸會覺得全身不舒服很沮喪。尤其對發育中的大腦來說，會降低行為控制的能力，難以集中注意力或思考，記憶力變差，情緒控管較容易出錯。

另外，研究發現，電子菸產生的香味霧氣會抑制許多免疫功能，而且這種免疫抑制的情況比抽香菸者的還嚴重。肺部傷害未必只有尼古丁造成，也就是說煙霧顆粒一樣會傷肺，進而破壞免疫系統，抑制肺部保護作用，增加發炎機會。

除此之外，台大醫院家庭醫學部主治醫師郭斐然彙整近年全球針對電子菸的研究發現，電子菸會增加心臟病及哮喘風險；包括美國史丹佛大學在內的一些研究更指出，電子煙的菸油會傷害人體血管細胞，引發心血管疾病。

林口長庚醫院臨床毒物中心主任顏宗海進一步指出，除了尼古丁和丙二醇，電子菸還會產生揮發性有機汙染物，可能會造成眼睛、喉嚨、鼻子的刺激，周圍的人一樣會有二手菸的傷害。

<https://youtu.be/Pk77inU5nCY?t=34>