



衛生署 控煙辦公室
TOBACCO CONTROL OFFICE
DEPARTMENT OF HEALTH

Tobacco Control Bulletin

控煙專訊

地址：香港灣仔皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室
電話：2961 8823

第六期



www.tco.gov.hk

戒煙熱線：2961 8883

目錄

短訊

主題篇

戒煙園地

控煙辦公室工作實錄

秘密地帶

編者的話

專訪

遊戲天地

第一頁

第二頁

第三頁

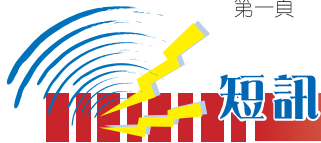
第四頁

第五頁

第六頁

第七頁

第八頁



『控煙框架公約』快訊

截至二零零四年一月底已有89個國家及地區簽署世界「控煙框架公約」了。更值得高興的是，中國加入世界控煙行列，於十一月十日簽署了此公約。

好消息！

全球第一個無煙國家快將旦生。不丹 (Bhutan) 一個位於中國與印度之間的佛教國家。她的政府為了保障國民的健康，不斷致力從健康及宗教的不同層面工作，目前全國20個行政區域當中已有19個行政區實施全面禁煙。而不丹政府表明會繼續致力工作，希望於今年達至全國禁煙。

最新動向：

控煙辦公室將舉辦下列活動，歡迎各界人士踴躍參加。查詢或報名請致電 2961 8823

最新動向時間表：

1. 控煙巡迴展覽：

日期	地點	時間
2004年3月10-12日	灣仔入境事務大樓	上午10:00 - 下午4:30
2004年3月22-24日	旺角政府合署	上午10:00 - 下午4:30
2004年4月14-16日	金鐘道政府合署	上午10:00 - 下午4:30
2004年4月26-28日	觀塘政府合署	上午10:00 - 下午4:30
2004年5月5-7日	何文田政府合署	上午10:00 - 下午4:30
2004年5月17-19日	海港政府大樓	上午10:00 - 下午4:30
2004年6月2-4日	灣仔稅務大樓	上午10:00 - 下午4:30
2004年6月16-18日	東九龍政府合署	上午10:00 - 下午4:30

2. 保安員禁煙法例講座：

日期	地點	時間
2004年3月3日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	上午10:00 - 11:30
2004年3月10日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	下午14:30 - 16:00
2004年3月17日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	上午10:00 - 11:30
2004年3月24日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	下午14:30 - 16:00
2004年3月31日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	上午10:00 - 11:30

2004年4月至6月的時間表，可致電2961 8557查詢

3. 無煙工作間講座：

日期	地點	時間
2004年3月2日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	下午15:00 - 16:30
2004年4月6日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	下午15:00 - 16:30
2004年5月4日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	下午15:00 - 16:30
2004年6月1日	皇后大道東213號胡忠大廈18樓1801室	下午15:00 - 16:30



I.T. 控煙資訊秘笈

何謂I.T.控煙資訊？

I.T. (資訊科技) 的主要用途包括訊息支援及提供資訊服務，從而以最方便快捷的途徑讓市民索取所需資料、訊息及服務。I.T. 控煙就是以現今資訊科技來幫助我們控制煙草及提供控煙資訊。今期我們會為大家介紹I.T. 控煙資訊秘笈，讓大家一齊來領略箇中奧妙！

I.T.控煙資訊潮流

在互聯網世界裡，若果想每日接收不同國家的控煙資料，除了瀏覽不同網頁外，我們亦可申請網上電郵服務，接收每日發生於不同國家的新聞或特別事項。現時有很多網站也提供此類服務，而較多人瀏覽的控煙網站為UICC GLOBALink。大家可加入這些網站的電子郵寄名單訂閱最新的控煙消息。除此之外，這類網頁通常也齊集來自不同國家的控煙新聞及控煙情況等；相信大家瀏覽此類網頁後一定有所得著，滿載而歸。其實，在互聯網上還可瀏覽來自不同國家的控煙宣傳短片、會議短片、錄音片段、互動遊戲、索取或下載控煙或戒煙專訊、甚至參與網上討論區、聊天室一齊分享及交流控煙或戒煙心得。這些，都是現今科技為人類所帶來的方便。

I.T.控煙資訊攻略

現今以互聯網搜索資料非常普遍。但是網絡世界內的資訊那麼多，我們應從何入手？再者，我們又怎樣找出資料既準確報導資料而又有趣的網頁呢？在云云眾多網站中，那些本地及外國網址值得參閱？網上瀏覽的攻略又應該是怎樣？

我們選擇瀏覽網頁時，有否想過網頁本身也有網主想帶給我們的訊息；內容如果不準確，可能有誤導成份。所以，瀏覽政府或控煙團體的網頁是很好的開始！

攻略一：瀏覽至TOP外國網頁

以下三個外國網站的資料既齊全而又被廣泛使用，大家可試從這裡開始：

1. 世界衛生組織無煙倡議行動 <http://tobacco.who.int/>(圖一)

世界最具權威的控煙資料網頁，當然是由世界衛生組織所提供。在這個資料豐富的控煙網頁內，我們可找到世界對控煙的資料及最新動向。此外，在上期控煙專訊的主題篇所提及的《煙草控制框架公約》，這網頁也就是此公約的官方網頁。如果你有興趣詳閱有關資料，不妨到此網頁瀏覽。

2. UICC GLOBALink <http://www.globalink.org/>(圖二)

若然大家想瀏覽一些比較有趣、輕鬆，但仍不失準確性的網頁，GLOBALink必定是你的首選。這網頁除了有像百科全書般的控煙資料及最新控煙新聞外，我們還可在此網頁找到不同控煙書籍的介紹及購買資料，下載不同國家的控煙專訊、國際會議簡報、最



圖一：世界衛生組織無煙倡議行動網頁



圖二：UICC網頁

新控煙文章等。如果你有意成為一位無煙倡議者，你更可於其網頁內申請成為GLOBALink會員，定期收到最新控煙消息及與其他會員交流控煙心得，張貼控煙事宜於會員網頁內。

3. 無煙倡議者網頁 Gene Borio, Tobacco BBS

<http://www.tobacco.org> (圖三)

這位已成為GLOBALink無煙倡議者會員的 Mr. Borio，他為控煙所作出的貢獻真不少！在他的控煙資料網頁內，你一定能夠找到你需要的控煙新聞及消息。除此之外，大至控煙歷史或控煙官司，小至那位名人死於吸煙有關的疾病也一一集齊。你還可以加入他的電子郵寄名單中，在超過100種控煙主題內揀選你想收到的有關新聞訊息。若你有機會瀏覽此網頁，你一定有大開眼界之感！



圖三：無煙倡議者網頁

攻略二：搜尋至FUN本地網頁

有關本地控煙網站，大家一定不能錯過本辦公室的網頁 (<http://www.tco.gov.hk>)。在今期「工作實錄」內亦有詳細介紹。

至於其他控煙及有關健康的網站，大家可瀏覽以下網址：

政府部門：

- * 衛生署 - <http://www.dh.gov.hk/>
- * 健康地帶 - <http://www.cheu.gov.hk/>
- * 長者健康服務 - <http://www.elderly.gov.hk>
- * 男士健康 - <http://www.hkmenshealth.com>

非政府機構：

- * 香港吸煙與健康委員會 - <http://www.cosh.org.hk>
- * 吸煙或健康行動協會 - <http://www.ash.org.hk/>
- * 生活教育活動計劃 - <http://www.leap.com.hk/>
- * 無煙新世代 - <http://www.smoke3teens.com/>

除互聯網絡外，資訊科技對控煙的貢獻還包括控煙視像會議、互動電話資源服務、互動戒煙電腦軟件、或有關煙草健康的視像遙距課程等等，讓市民以不同途徑或方式增加控煙知識。現在就請各位一齊進入互聯網絡世界，一起探索及尋找I. T. 控煙知識的樂趣！

戒 煙 園 地

上期的戒煙園地刊登了讀者李旭輝先生的詩，得到讀者們熱烈的回應及讚賞。在此，再次多謝李先生對控煙專訊的支持及投稿；筆者亦藉此誠意邀請讀者們、戒煙人士踴躍投稿，發表心得及意見。

已有好一段時間沒有為讀者們報導衛生署戒煙服務的動向了。相信大家知道，衛生署屬下的普通科門診都已於去年七月移交醫院管理局管理。原來設於普通科門診診所的戒煙服務亦停止了。但秉承“顧客為本，素質為先”的精神，衛生署於二零零三年九月在家庭醫學深造培訓中心開辦了戒煙服務，繼續為有志戒煙人士提供協助。

家庭醫學深造培訓中心位於牛頭角定安街60號牛頭角賽馬會診所2樓，查詢或預約服務可致電 2961 8883，或 2753 8115。

牛頭角家庭醫學深造培訓中心

戒煙計劃

致：各位參加尼古丁補充劑戒煙計劃之人士

本診所之二零零三年九月八日起，推出「尼古丁補充劑戒煙計劃」。為協助有需要之人士戒煙，自戒煙者開始時起至戒煙後，由註冊醫生、護士及藥劑師之評估、判斷及監督下參加戒煙計劃。

凡參加者須定期（於參加後之一、四、六、八星期，星期日及假期）前往本診所接受戒煙輔導，以監察戒煙過程之戒煙進度。每次輔導由到大堂戒煙大使李小姐負責。

戒煙服務費
首次登記費：100元 每種補充劑：10元
復診：60元 每種補充劑：10元

若有任何疑問，歡迎致電本診所（電話：2753 8115）或
衛生署戒煙熱線（電話：2961 8883）查詢有關詳情。

牛頭角家庭醫學深造培訓中心 謹啟
二零零三年八月



控煙辦公室 工作實錄

《控煙辦公室網站多面睇》

按下輸入鍵 ~ www.tco.gov.hk

為了讓市民能以最快捷方便的途徑得到控煙消息，控煙辦公室於二零零二年十一月建立了控煙辦公室網站，網域名稱為(www.tobaccocontrol.gov.hk)，提供最新的控煙資訊予普羅大眾。最近，我們更將網址簡化，以控煙辦公室的英文名稱**T**obacco **C**ontrol **O**ffice (www.tco.gov.hk) 為網域名稱。自網站投入服務以來至2003年11月，已經有超過48萬的瀏覽次數。可能你曾經瀏覽過TCO網頁，但未有詳細閱覽，又或者你根本沒有瀏覽過。今日就帶大家睇一睇網頁的內容。

網上漫游控煙辦公室 ~ "CLICK" 入 TCO 網站

控煙方向睇

最新動向 — 控煙辦公室定期舉辦控煙活動、講座，包括無煙工作間講座、保安員禁煙法例講座、大專院校講座，反應熱烈。想申請參加？到網頁下載申請參加表啦！

往「下」睇一睇 / 下載多媒睇

下載地帶 — 不想單看文字？這裡有控煙宣傳短片、聲帶，各禁煙區管理人想申請禁煙標誌、海報、控煙專訊亦可於此下載各類免費的控煙教育素材申請表。

吸煙數字睇

有關煙草資訊 — 男又吸、女又吸？香港究竟有幾多人吸煙？此乃最多人瀏覽的環節之一，有各種吸煙統計數字，內容包括香港人吸煙情況、開始吸煙年齡、吸煙習慣、食肆控煙情況等。

法例細心睇

控煙法例 — 銀行、遊戲機中心係禁煙區？有人於禁煙區內吸煙，作為市民及管理人又怎辦？你會唔會已經觸犯控煙法例？食肆是否一定要設禁煙區？要知香港哪些地方是法定禁煙區，必定要知《吸煙(公眾衛生)條例》。想知更多關於法例的執行，網頁亦有其他相關吸煙的條例可供瀏覽。

吸煙健康睇

吸煙或健康 — 近年市民已經知道吸煙或吸二手煙會危害健康，但當中的禍害有幾深，「吸煙或健康」話你知。

戒煙立刻睇!!!

戒煙服務 — 想戒煙又唔知點開始？首先要知何謂「戒煙7步曲」，網頁並有處理退癮徵狀的方法及提供各機構的戒煙聯絡電話。

真相全面睇

假像與真相 — 揭開煙草商鮮為人知的神秘面紗。「假像與真相」會一一解答你的疑難。

我們會定期更新網頁，提供第一手資料！大家可曾想過控制煙草與我何干？但要一個清新無煙的香港，要靠大家支持及參與。作為香港人的你，就由現在開始，踏出第一步，關心香港的控煙情況，到TCO網頁瀏覽！



控煙辦公室網站首頁



秘密地帶

認識煙草商的真面目

威風凜凜的電影角色超人也抽煙 — 有可能嗎？

為香港人熟悉的網球明星張德培可能與煙草商有關 — 不會吧！

當得悉一些耳熟能詳的名字可能與煙草商有關，或許大家會和筆者一樣有上述的反應。其實，這些鮮為人知的資料都可在煙草商的內部文件中找到。

閱讀過控煙專訊的讀者，相信都留意到這裡曾提及煙草商的內部機密文件。這些機密文件或披露了他們的市場策略，或透露煙草商對吸煙的健康禍害的認知。今期的秘密地帶將談談如何在網上找尋這些鮮為人知的機密資料。

一切由官司開始

於九〇年代，美國發生了多宗對煙草商的訴訟，這些訴訟最後帶來一連串的法律和解協議，規定煙草公司公開他們的內部文件。為了使公眾更容易得到這些資料，於1998年，美國州政府與多間美國主要的煙草公司（包括：菲利普莫理斯, R.J. Reynolds等）簽署了《和解主協議》，規定煙草商須將有關文件上載於網站上。

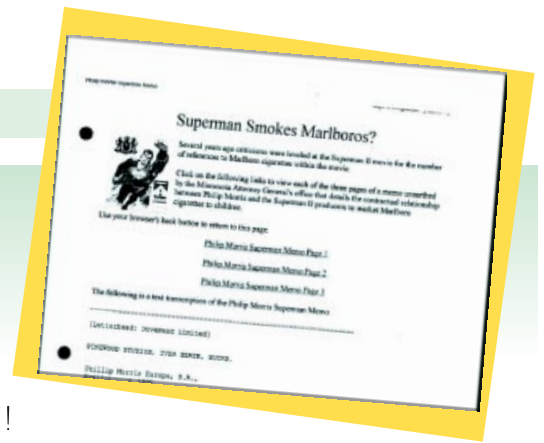
內幕消息大公開！

這些文件得以公開，其意義和影響是深遠的。除了小部份非以文字刊載的資料(如錄影帶)，其他過往被視為高度機密的煙草商內部文件，都包括在內。這些文件當中，有煙草公司的調查研究報告、備忘錄、決策層的往來書信、會議記錄等，其中不乏內容敏感的資料。這些資料往往揭露了煙草商在廣告宣傳背後的真正面目。

急不及待要試試？快看這裡！

互聯網上資料繁多，要在其中找尋機密文件，大家或許會不知從何著手。其實，除了各煙草商本身的網頁外，互聯網上亦有不少網站提供搜尋煙草業機密文件的功能。

今次我們就為大家介紹一個Legacy Foundation, Tobacco Document Site (右圖) 的網址 (<http://legacy.library.ucsf.edu/>)。這個網站包含了大量煙草公司的機密文件，並會定期更新。另外，它提供的搜尋功能簡單易用，加上資料編排清晰，故將此網站介紹給大家。



搜尋方法5部曲：

1. 當進入網址首頁後，點選左上角的search [搜索]欄

2. 進入search版面後，在名單上剔選想要的煙草公司及搜尋方法。(如右圖，今次我們選了其中4間煙草商) 按 Enter



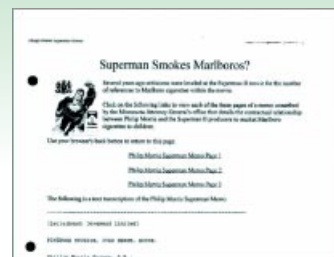
3. 然後，輸入想找尋的關鍵字 (例：輸入 Superman [超人])，再按 search



4. 接著，搜尋結果便會出現。每項結果詳列了該文件的資料，如日期、文件種類、頁數，所屬煙草公司等。(例：上圖顯示了今次搜尋的結果，共找到了33份有關superman的資料)



5. 找到想要的文件後，便可選擇瀏覽全文。(例：圖中是其中一篇有關贊助superman電影的文件：



"Superman Smokes Marlboro?")

從"Superman Smokes Marlboro?" 這份文件，我們可以看到，原來煙草商曾花錢贊助電影"Superman"，以換取在電影中加插吸煙鏡頭。

煙草商付錢給張德培？！

當然，這裡只是一個簡單的示範，其實網站內還有不同類型的文件和其他功能，這些便有待各位親自發掘了！現在，大家不妨試試使用關鍵字Michael Chang，試找找張德培與煙草商可有關係吧！

最後，希望各位以後上網時，多些瀏覽這類網頁，認清事實的真相和煙草商真面目。

其他參考網址：

Tobacco Documents Online

<http://tobaccodocuments.org/>

Action on Smoking and Health (ASH, USA, 美國吸煙或健康行動協會), Secret Document Site

<http://ash.org/secret.html>

Tobacco Industry Document Gateway 澳洲悉尼大學控煙網站

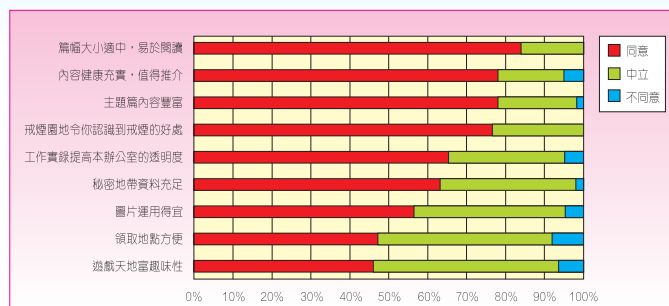
<http://tobacco.health.usyd.edu.au/site/gateway/docs/index.htm>

編者的話

廿一世紀是個資訊科技高速發展的年代。究竟資訊科技與控煙有何關係呢？今期控煙專訊的不同專欄都會圍繞這課題有所探討，大家不容錯過呀！此外，今期開始本專訊會加設新專欄——『短訊』，為的是要把香港及世界各地的最新控煙訊息為讀者報導，好讓讀者能緊貼控煙資訊的潮流及發展。

第五期控煙專訊刊登了一份問卷調查，讀者對此反應熱烈，亦提出了很多寶貴的意見；現撮要歸納如下：

收到的問卷當中，有接近百份之八十表示滿意控煙專訊的整體表現，覺得本專訊內容豐富、充實，值得推介。在眾多的回應者當中，我們抽出了四十名參加者並頒贈了紀念品，下圖讓各讀者分享頒獎花絮。



圖一 第五期「控煙專訊」意見調查結果

編者在此多謝讀者對控煙專訊支持及提點，歡迎大家踴躍提出意見或投稿。投稿請寄香港皇后大道東213號18樓1801室控煙辦公室收。



無煙“阿活”專訪



曾幾何時有市民反映香港沒有全面禁煙的中式快餐店。在2003年11月18日，大快活連鎖快餐店宣佈全線禁煙及以全新“阿活”形象服務大眾，務求帶給顧客開心、輕鬆及舒適的感覺。就這令人鼓舞的好消息，我們第一時間找來大快活集團高級副總裁陳國榮先生，就他對無煙政策的決定、轉接過程及無煙食肆的趨勢作一個簡短的訪問。

朱：朱小姐 (控煙主任)； 陳：陳國榮先生

大快活全面禁煙提升形象

朱：陳先生，什麼驅使大快活實施全線禁煙？

陳：大約在一年前的策略會議中，我們希望找出一個「突破點」來提高大快活在市場上的競爭力。經市場調查及沙士過後，快餐店的食物品質、員工服務及衛生環境是主要的因素吸引顧客光顧。所以，我們便從店內裝修及衛生環境入手，改革大快活的形象、環境及實施全線禁煙，務求令顧客有煥然一新的感覺及提供更舒適及優質的無煙環境給顧客。

朱：無煙政策怎樣配合大快活的全新形象？

陳：我們的全新形象是以年輕、活力及健康為主題，吸引要求更高的顧客。而全面禁煙正好切合健康及環境衛生的要求。其實，除了環境衛生外，我們的餐單亦增加更多健康的食物例如蔬菜及減少用調味品。

「除非唔做，一做就要做到最好」

朱：實施全面禁煙，有什麼事前準備工夫要做？

陳：實施全面禁煙一定要與內部員工溝通好，解釋公司的政策及方向，了解他們對執行無煙政策的憂慮；繼而一步一步通知顧客。我們初先在一些沒有太多吸煙客的分店實施全面禁煙，看看執行上有沒有困難。當發現沒有太大問題時，我們便在一些多吸煙客的分店內試行全面禁煙。而其他分店我們則劃分吸煙及非吸煙區，待食客習慣後，我們便通知他們將執行全線禁煙的日期。

朱：員工有沒有反映任何執行上有否困難？

陳：初時也有困難，但我們亦盡量解決。我們在分店門口擺放垃圾桶及禁煙標貼，以提醒食客進入快餐店時弄熄煙仔，又吩咐員工盡量留意店內的吸煙情況，如發現有顧客吸煙，便立刻勸阻。其實，當我們全線禁煙後，管理上反而更容易。就算員工看不見有人吸煙，顧客發現後也會出聲。基本上，除非唔做，一做就要做到最好，不能隻眼開隻眼閉。

整體反應非常正面

朱：全面禁煙後，員工及顧客的反應怎樣？

陳：員工初時也擔心全面禁煙後生意及執行上會有困難，但當真正實施後，他們則表示竟然沒有想像般難；反而客路更廣，吸引更多一家大細及白領人客光顧。至於顧客方面，堅持要吸煙的客人可能會減少光顧，這是他們的選擇。但自全面禁煙後，家庭客多了光顧，整體反應非常正面。



大快活集團高級副總裁陳國榮先生



大快活銅鑼灣旗艦店

朱：那麼全面禁煙後，生意額有上升嗎？

陳：整體生意額是有上升的。但基本上今次以全新形象改革大快活，我們也從多方面入手，好像大快活的標誌、員工服務、食物品質、環境清潔、甚至裝修也改變了不少。所以全面禁煙是其中一個因素。

朱：最後，陳先生對香港食肆全面禁煙的趨勢，你有什麼看法？

陳：事實上香港仍以不吸煙者居多。食肆全面禁煙將會是社會新現象，但當然真正落實要靠政府推行。從商業及顧客的角度來看，食肆走向不吸煙是社會新價值，只不過我們在中式快餐店行業中行先一步。

結束這次訪問後，令我最深刻的一番話是陳先生表示當公開大快活全線禁煙後，管理問題反而更容易；還表示一是不做，一做一定要做到最好。作為控煙辦公室的控煙主任，我們除了到訪不同食肆巡查禁煙區外，我們還不時游說食肆管理人將食店實施全面禁煙。但食肆管理人往往表示全面禁煙後，生意及執行上會有困難。我相信經由內行人陳先生說的一番話，作為管理人可再次考慮實施全面禁煙的可行性；而作為市民亦可多光顧全面禁煙的食肆以支持禁煙行動及享受空氣清新的環境。



今期遊戲名為控煙知識大配對，用簡單的配對方法以增加市民對控煙資訊的認識。遊戲設有豐富的紀念品*，歡迎踴躍參加。請將作品連同姓名、地址、聯絡電話寄到皇后大道東213號胡忠大廈18樓控煙辦公室收。截止日期為二零零四年四月一日。（*紀念品數量有限，送完即止。）

請填妥以下資料後寄回控煙辦公室收。

姓名：_____ 地址：_____

聯絡電話：_____

遊戲玩法：

- 以連線形式配對問題與答案（注意答案數量比問題多）
- 問題與答案#是圍繞着控煙辦公室及吸煙（公眾衛生）條例
- 每個問題只可以配一個答案

問 題

答 案

- | | | |
|-----------------------------|--|------------|
| 1. 每年的何月何日為「世界不吸煙日」？ | | 4000 |
| 2. 超過二百個座位的食肆最少要設多少地方為非吸煙區？ | | 20 |
| 3. 一支煙中含有多少種致癌物質？ | | 可卡因 |
| 4. 衛生署於何處設立戒煙服務？ | | 5月31日 |
| 5. 世界關懷慢阻肺病日是何月何日？ | | 二份一 |
| 6. 二手煙含有多少種致癌物質？ | | 放下手中煙輕鬆又自然 |
| 7. 2003年「世界不吸煙日」的口號是甚麼？ | | 三份一 |
| 8. 香港法例規定售賣煙仔每包至少要有多少支？ | | 40 |
| | | 家庭醫學深造培訓中心 |
| | | 演藝要無煙 |
| | | 11月20日 |

#大部份答案可於本辦公室網站(www.tco.gov.hk)內找到