



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

控煙專訊



第九期

www.tco.gov.hk

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



衛生署 戒煙熱線：2961 8883

目錄

主題篇

編者的話

控煙辦公室工作實錄

短訊

戒煙園地

秘密地帶

遊戲天地

第一頁

第三頁

第四頁

第五頁

第六頁

第七頁

第八頁

主題篇

控煙政策與成本效益

研究的資金來源與結論

對於禁煙政策會否影響服務業尤其是飲食業的生意，多個國家都進行了研究。有些報告指禁煙後生意不但沒有下降，反而會上升。但亦有報告指禁煙政策會令生意損失，增加失業率，甚至影響整體經濟。

為此，澳洲研究人員就禁煙政策如何影響服務業進行了一次全面和持平的調查，並在2003年2月的控煙期刊(Tobacco Control)發表了研究報告¹。該調查有系統地分析了97份來自8個國家有關禁煙政策的經濟研究，其中包括了由煙草商贊助或未曾於國際期刊發表的研究或調查。研究人員在分析了這些研究的資金來源、研究質素和結論後，指出其中64%(62份)研究的結論為禁煙政策並不影響服務業的生意或為他們帶來好處，而這些研究大多是利用營業額、就業率或銷售稅收等客觀指標作為測量標準的優質研究。在其餘36%(35份)結論為禁煙政策會對服務業的生意帶來壞影響的研究中，有83%(28份)的資金皆是由煙草商直接或間接資助。此外，這28份研究只利用了預測數據或個人評估等主觀指標作為測量標準。

如欲定期收到控煙專訊(平郵/電郵*)，請填妥以下資料，並寄回控煙辦公室或傳真致2575 8944。

姓名：_____

地址：_____

電郵：_____

電話：_____

*請刪去不適用者

紐約市成功禁煙一周年

2003年3月30日是紐約市的大日子，紐約市長布隆柏格 (Michael Bloomberg) 正式宣佈實施「無煙工作間」政策，全面保障市民健康，免受二手煙影響。法例實施一年後，紐約多個政府部門的數據均顯示禁煙政策對飲食業的營業額和就業率帶來以下的正面增長。²

- (1) 食肆和酒吧的營業稅收增加8.7%。
- (2) 食肆和酒吧的職位空缺增加10,600個，就業率創歷年新高。
- (3) 2003年新領酒牌數目較2002年多。截至2003年底，共有9,747個有效的酒牌，較去年增長234個。
- (4) 空氣質素大幅度改善，食肆和酒吧的員工體內的致癌物質水平下降85%。
- (5) 近15萬紐約市民減少接觸二手煙的機會。

禁煙法例得以如此奏效，皆因得到全城市民的大力支持。除政府嚴厲執行外，更有賴市民自律和守法。據紐約市政府官員透露，禁煙法例遵從率超過95%，而全年只發出過4000張違例告票，涉及金額只有40多萬元³。那些違例個案都大多是沒有張貼禁煙標誌或沒有將煙灰缸收起，甚少有人在禁煙地方內吸煙。此外，97%被檢查的食肆和酒吧都有符合法例的要求，如已貼上禁煙標誌，不擺放煙灰缸等。

愛爾蘭發表禁煙法例一周年檢討報告

除紐約外，愛爾蘭自2004年3月29日起亦在全國實施了無煙工作間法例以保障市民和員工免受二手煙影響。該法例禁止任何人在室內辦公室、商店、工廠、酒吧、食肆和其他室內工作間等地方吸煙。愛爾蘭政府在2005年4月發表了法例實施一周年檢討報告⁴，指出法例對國民的健康及經濟等方面都帶來了好處。

據當局在都柏林市內及市郊二十四間酒吧所作的研究顯示，法例生效後，酒吧室內空氣樣本中的懸浮粒子 (PM10和PM2.5)及超微細粒子(Ultrafine Particles)數量比法例生效前顯著下降。其中PM10的數量下降了五成，PM2.5和超微細粒子數量更下降了超過八成。當局亦調查了無煙工作間法例對酒吧員工的影響，發現在非吸煙的酒吧員工體內一氧化碳含量下降了45%，證明法例能有效保障員工健康，使他們免受二手煙的影響。



在經濟方面，根據愛爾蘭國家統計部的零售數據顯示，雖然酒吧的銷售額比前一年下降了4.4%，但分析指出該數據其實與法例實施前一年無異，同為其他因素造成的下降趨勢。另一方面，服務業就業人口在法例實施後更反跌為升，遊客人數亦較前一年增加了3.2%。

因為法例帶來的正面效應，愛爾蘭國民對無煙工作間法例的支持程度一直有增無減。93%的受訪者和80%的吸煙者認同法例的好處，93%受訪者和94%的吸煙者認為室內工作間變得更健康，98%的受訪者認為酒吧不再煙霧瀰漫。

工作間全面禁煙已是全球控煙的大趨勢，現時泰國、新加坡、新西蘭、愛爾蘭、澳洲悉尼、美國紐約州和加利福尼亞州，以及加拿大多倫多和維多利亞等，都已實施無煙工作間政策。政策實施後不單得到廣大市民的支持和接受，而且效果良好，對市民健康及社會經濟均有正面的影響。紐約市和愛爾蘭的成功禁煙例子將會成為世界各地仿效的對象。

參考資料：

1. Scollo M, Lal A, Hyland A, Glantz S. Review of the quality of studies on the economic effects of smoke-free policies on the hospitality industry. *Tobacco Control* 2003; 12:13-20.
2. Campaign for Tobacco-Free Kids: New York City Report Finds Restaurant and Bar Business Thriving on First Anniversary of Smoke-Free Law, website <http://www.tobaccofreekids.org>
3. McKinley S. City announced fines from smoking ban. *Irish Echo*; August 2004.
4. Office of Tobacco Control. *Smoke-free Workplaces in Ireland A One-Year Review*. Office of Tobacco Control, Ireland. March 2005.

編者的話

相信讀者們從新聞報導中都得知，立法會已於五月十一日首讀及二讀二〇〇五年吸煙（公眾衛生）（修訂）條例草案，進一步保障市民的健康，免受二手煙的干擾。為使大家更清楚室內禁煙及擴大法定禁煙範圍的好處，編者想藉著今期的“控煙專訊”，透過參考外國的經驗，讓讀者們了解加強控煙措施，及實施“無煙工作間”的正面回響。

本期“戒煙園地”將為讀者介紹由本辦公室編寫的“戒煙輔導資料套”，希望藉此能使吸煙者的戒煙歷程更順利。此外，今期“控煙專訊”還有很多精彩環節，讀者有否聽過一個名為“LEAP”的志願團體呢？今期控煙專訊會介紹探訪這個團體的一些花絮。還有“遊戲天地”，讀者都不能錯過。



專訪：生活教育活動計劃 (Life Education Activity Programme) “簡稱LEAP”

控煙辦公室代表在二零零四年八月十六日前往LEAP進行了一次友善探訪。LEAP位於司徒拔道的一所校舍內，當日天朗氣清，我們跟著長頸鹿「哈樂」的指示牌從山腳向上行，走過長長的階梯後，便找到LEAP的所在地。接待我們是該組織的兩位正、副總幹事，她們親切的笑容和熱情的款待，加上詳盡的講解，使我們對LEAP有更深入的認識。



總幹事程慧玲小姐(右一)、
副總幹事羅玲小姐(左一)
與控煙辦公室職員合照

國際認可課程

生活教育活動計劃 (LEAP)是一個國際認可的健康及預防藥物濫用課程，概念源於澳洲。生活教育中心於一九七九年在悉尼創辦，現已擴展至世界各地。而香港的LEAP在一九九三年成立，並已註冊為慈善團體，LEAP的課程獲得教育統籌局及保安局轄下的禁毒處所認可。LEAP聘用了十名教育幹事，負責到各區學校授課。該組織自設培訓中心，為教育幹事提供專業的培訓，導師在策劃課程及教授技巧方面具豐富的經驗。LEAP除了為正規學校提供服務外，還兼顧到國際學校及特殊學校學童的需要。現時該機構每年為超過八萬名學童提供優質的健康教育課程。

嶄新教學器材

課程獨特之處是利用一輛特別設計的流動教學中心，將生活教育帶到校園裏。「流動教學中心」打破了傳統的課室框架，將它們的課程融入生動有趣的教材中。透過先進的影音器材、人體系統燈箱、會說話的腦袋和生活教育的「明星」長頸鹿哈樂和小馬凱莉等多元化的教材，讓學童明白健康生活的重要性及濫用藥物(包括煙草和酒精)的危險性。服務對象以小學至初中學生為主，教育幹事為不同級別的學生設計課程，以循序漸進的方式，加深學童對健康及濫藥的認識。



LEAP的校舍粉飾得美輪美奐

拒絕煙草誘惑

LEAP很關注學童吸煙的問題，在小五及中一的課程內均強調吸煙對身體的各種影響。教育幹事透過小組討論、互動遊戲和角色扮演等活動，使學童認識煙草的真面目，並授予豐富的知識和技巧，使學童能明智地拒絕煙草的誘惑，導師亦鼓勵家長積極參與，在家裏多關心子女的行為和情緒，貫徹「家校合作」的精神，幫助子女愉快地成長。

健康的新世代

其實政府的控煙政策得以順利推行，實有賴社會各團體互相配合，加上大眾市民積極參與和支持，共同創造健康無煙的新世代。透過這次探訪，我們不單加深了對LEAP的了解，感受到教育幹事對工作的熱誠和投入，還為將來合作的機會揭開新的一頁。

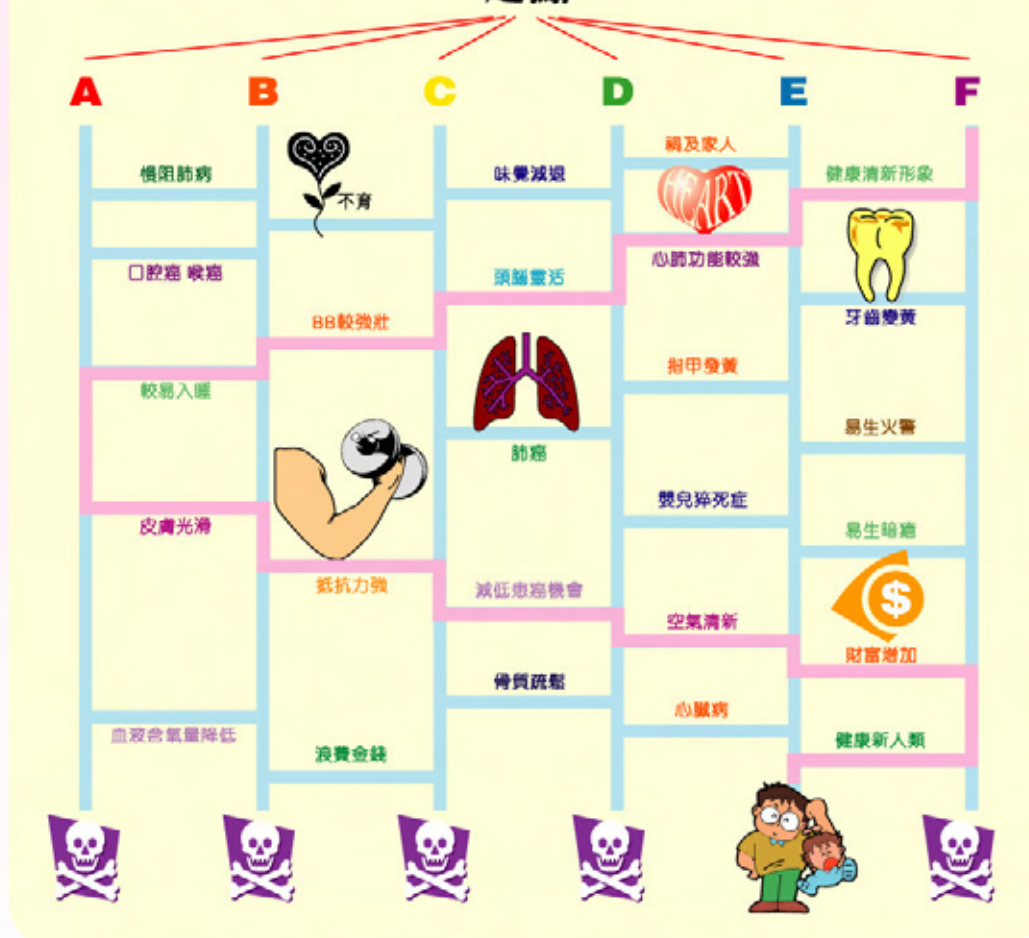


為使市民對二手煙的禍害有更深認識，控煙辦公室自四月中起在“我愛無煙香港”推廣活動中，透過電視、電台及各室外廣告平台播放和展示了一系列以“1=2”為題的宣傳短片和海報，以說明不論一手煙或二手煙同樣能導致肺癌和心臟病等致命疾病。

第八期遊戲答案

無煙健康道

起點



戒煙是一件知易行難的事，若吸煙者能對戒煙的過程有多些了解，明白箇中矛盾所在，並作出適當的準備來應付戒煙過程可能出現的障礙，這樣成功戒煙的機會便會較大。

為響應二零零五年五月三十一日世界不吸煙日的主題“醫護人員在控煙工作的角色”，衛生署控煙辦公室就多年來為市民提供戒煙服務的經驗結集成“戒煙輔導資料套”，希望透過此資料套以鼓勵家庭醫生和前線醫護人員把握與求診者接觸的機會積極推動戒煙。資料套內包括了各種輔導技巧、戒煙輔助藥物的資料和外國醫療部門的戒煙指引等，以作醫護人員參考之用。外國的多項研究均指出適當的輔導能有效地提高成功戒煙的機會；若輔之以戒煙輔助藥物，成功戒煙的機會更高出一倍以上。

資料套亦提供了供戒煙者使用的“平衡抉擇表”。透過此表格，吸煙者能分析自己對吸煙的感覺，了解自己的戒煙原因，清楚其中的矛盾所在，有助鞏固戒煙的決定。

總括而言，戒煙雖是一件知易行難的事，但只要我們有充足的準備，得到家人、朋友及戒煙伙伴的支持，加上堅定的意志，成功戒煙是指日可待的。

吸煙帶給你好的感覺	吸煙帶給你不好的感覺
例如：吸煙有助思考 吸煙令我覺得開心D 吸煙可以幫我減壓	例如：牙齒、手指、皮膚“黃” 周身煙味 多痰 做運動容易氣喘 容易拗
戒煙帶給你不好的感覺	戒煙帶給你好的感覺
例如：嘔嘔嘔 容易雀雀	例如：健康D 呼吸暢順 做運動表現好D 皮膚靚D
繼續吸煙的原因	戒煙的原因
例如：覺得戒唔到 好難戒	例如：想身體健康D 想長命D 唔想生肺癆 唔想吓信話 D二手煙吓致傷害家人吸健康

平衡抉擇表



戒煙輔導資料套



吸煙區設獨立抽風系統，作用「小」費用「大」

煙草商曾建議經營者在工作場所及食肆內，設立備有獨立抽風系統的吸煙房，以保障非吸煙人士免受二手煙的影響。究竟那些獨立抽風系統有用嗎？非吸煙員工的健康是否得到保障呢？

抽風系統功效研究

美國及加拿大的不同研究報告均顯示，即使安裝獨立的抽風系統也不能完全阻隔二手煙，而且現時沒有一種抽風系統能保證100%抽出煙霧中的有害物質及分隔室內的二手煙。再者，假如容許設立裝有獨立抽風系統的吸煙室只會加重業界的營運成本，個別小企業未必能負擔相關設施的安裝及保養費用，因而出現不公平的營商環境。

設立吸煙區令公司的營運成本激增

除了技術上不能有效地淨化煙毒外，煙中的焦油會將通風設備薰得又黃又黑，令清潔、維修及保養等費用大幅增加。吸煙區內更需經常清洗煙灰缸，地板或地氈、傢俬及牆身等，更令支出數目不菲！

所謂小數怕長計，據香港一間地勤服務公司的管理人透露，為了設立吸煙房，公司除購買兩台獨立抽風機，花費數以萬計的金錢外，每月維修、保養、更換隔塵網和過濾器等費用，便超過數千元。另外，每日還需要安排員工定時清洗煙灰缸，地板和家具等人力物力。

身為精明僱主或僱員的你，只要工作間實行全面禁煙，便可節省以上的種種開支，又可保障健康，提升工作效率和公司形象。相信大家也懂得如何選擇了，僱主僱員上下同心，齊來實施「無煙工作間」政策吧！



吸煙房內安裝的獨立抽風機



連接吸煙房內抽風機的排氣風口清楚可見點滿焦油（紅圈所示）

參考資料：

Repace J. *Respiratory Particles and Carcinogens in the Air of Delaware Hospitality Venues Before and After a Smoking Ban*. *Journal of Occupation and Education Medicine* 2004; 46(9):887-905.

American Society of Heating, Refrigerating and Air-Conditioning Engineers, Inc. (ASHRAE). *Implications of ASHRAE's Guidance on Ventilation for Smoking-Permitted Areas*. http://www.ashrae.org/content/ASHRAE/ASHRAE/PDF/20042258323_326.pdf

Physicians for a Smoke-free Canada. *Questions and Answers on Ventilation of Second-hand Smoke*. <http://www.smoke-free.ca/factsheets/pdf/Q&A-ventilation.pdf>

Repace Associates, Inc.. *Can Ventilation Control Secondhand Smoke in the Hospitality Industry?* <http://www.dhs.ca.gov/tobacco/documents/FedOHSAAets.pdf>

今期控煙專訊的主題與“無煙工作間”有關。遊戲天地也不例外，提供一個『縱橫字謎』遊戲，裡面隱藏著**九個**實施工作間全面禁煙的地區名字。考考讀者的眼光，能否找出答案來。遊戲設有豐富的紀念品*，歡迎踴躍參加。請將答案連同姓名、地址、聯絡電話傳真至2575 8944，或郵寄到皇后大道東213號胡忠大廈18樓控煙辦公室收。截止日期為二零零五年八月三十一日。

*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：_____

請圈出九個實施工作間全面禁煙的地區名

阿	曼	德	盧	森	堡	蘭	爾	愛	拉
爾	泰	國	馬	來	西	亞	舌	巴	脫
巴	萊	索	托	新	非	洲	塞	黎	維
尼	乍	得	加	拿	大	維	多	利	亞
亞	隆	坡	拿	約	旦	拉	哈	撒	西
州	誕	島	大	肯	復	活	節	島	尼
約	摩	爾	多	瓦	亞	利	大	澳	利
紐	納	道	倫	埃	比	歐	洲	蘭	波
國	哥	安	多	及	贊	悉	日	本	屬
美	國	加	利	福	尼	亞	州	國	法

※ 答案可在本期專訊內找到