

花哨外表下存在诸多健康风险 电子烟真的是“戒烟神器”吗



近年来，电子烟在我国悄然兴起，甚至在年轻人中间成了一种潮流和时尚。在城市中，经常能看到有人时不时拿起烟杆“吞云吐雾”；在商场里，售卖电子烟的门店快速扩张；在网站上，也经常能够看到有关电子烟的新闻和评测。一些明星也在代言电子烟产品。

日前发布的《中国吸烟危害健康报告 2020》（以下简称《报告 2020》）明确表示，有充分证据表明电子烟是不安全的，会对健康产生危害。明知有害，为何仍有这么多人对电子烟感兴趣并成为电子烟使用者？号称可以帮助戒烟、减害甚至无害的电子烟，到底对人的身心会产生哪些危害、多大危害？

花哨外表下存在诸多健康风险

尽管市场上电子烟产品种类繁多、造型各异，但大多是由电源、雾化部件和控制单元组成。在电源供电和控制单元的作用下，雾化部件中的烟液受热雾化成烟雾和可吸入的气溶胶，从而让使用者产生“抽烟”的体验。

与传统卷烟不同，“加味”是电子烟吸引人们关注、尝试并且持续使用的重要原因之一。家住北京市海淀区的韩东林是一位电子烟烟民，他使用过不止一种品牌的产品，桃子味和西瓜味是他最喜欢的口味。

曾有科学研究表明，电子烟加热后自由基的产生与调味剂浓度有关，随着调味剂浓度增加，电子烟中自由基的释放量也随之增加。电子烟中调味剂的不合理使用，会增加对电子烟使用者的危害。

对于尼古丁，大部分电子烟使用者表示知晓。市面上售卖的电子香烟弹外包装上，大多明显标记着尼古丁含量参数。以某款口味电子烟为例，2毫升雾化弹容量中，尼古丁浓度为3%，雾化蒸气所含尼古丁为51毫克。市场上除少量烟弹标注为0尼古丁外，通常大部分烟弹包含3%至5%的尼古丁含量。

“我知道电子烟含有尼古丁，我抽烟就是享受尼古丁带来的惬意感，能够缓解焦虑、提神醒脑。”来自北京的“90后”白领郭兰博说。

“目前市场上卖的电子烟绝

大多数是含尼古丁的，而尼古丁是一种高度成瘾的物质。”中国疾控中心控烟办公室副主任肖琳说。据《报告 2020》显示，尼古丁除了让使用者产生依赖性，还会在妊娠期对胎儿发育产生不良影响，并可能导致心血管疾病。

与此同时，甲醛也是电子烟雾化器加热后产生的有害物质之一，但相比于尼古丁，较少有人知道它的存在。研究表明，电子烟气溶胶中的甲醛和乙醛的浓度与电池电压存在明显相关性，当电压从3.2V增加到4.8V时，气溶胶中的甲醛、乙醛含量增加200倍以上。“尼古丁的含量都会标注出来，而电子烟产生甲醛这件事，我确实不知道。”山东泰安29岁的电子烟使用者小田说。

相比无害更追求“减害”

“之前我对抽烟是很抗拒的。”郭兰博说，小时候妈妈带他参观了一次人体器官展览，里面展示了抽烟5年的肺、10年的肺等模型，给他留下了心理阴影。但是长大成人，尤其是工作之后，“场合上总免不了抽烟，那我觉得还不如抽电子烟”。

卷烟在不完全燃烧的情况下，会产生一层棕色油腻物，即烟焦油。烟焦油随着烟流进入肺部，是致癌的罪魁祸首，除此以外还会加速血管硬化，引起多种疾病甚至死亡。

而电子烟以雾化、加热不燃烧的方式摄入尼古丁，在使用过程中不会产生烟焦油，这一点令很多烟民们产生了“比卷烟健康”的想法。不少烟民从吸卷烟转向了抽电子烟，或者使用电子烟来“帮助戒烟”，而这一点正是电子烟在广告中想要传递给消费者的。

“在严格限定条件下，电子烟或许可以帮助戒烟，但是我们看到，由于电子烟使用不当，还会激发对尼古丁的使用快感，导致尼古丁成瘾。”世界卫生组织戒烟与呼吸疾病预防合作中心主任、国家呼吸医学中心主任、中国工程院院士王辰表示。

此外，《报告 2020》显示，由于大多数电子烟使用者同时使用卷烟或其他烟草制品，会出现两种或多种产品叠加导致的健

康危害升级。

室内公共场所禁电子烟刻不容缓

“老烟民在飞机上吸电子烟被拘七天”“女子在飞机上吸电子烟被抓”“乘客在航班上吸电子烟被处以治安处罚”……乘客虽可以将电子烟携带上飞机，但是航班禁烟（包括电子烟）已写入有关法律法规，一旦出现航班上吸电子烟的行为，一定是“执法必严，违法必究”。

高铁列车也已列入禁止吸电子烟的管控范围。去年5月31日第33个世界无烟日时，中国铁路官网发布微博：高铁列车全列禁烟，包括电子烟，百列普速列车也已实施全列禁烟。

国内一些城市的禁烟条例中已明确将电子烟纳入禁烟范围，与卷烟一起列入监管范畴之内；然而还有一些省份和城市，能否在室内抽电子烟仍没有一定之规。

世界卫生组织驻华代表处慢病控制负责人印曦说：“电子烟所产生的气溶胶对健康是有危害的，从健康角度来讲，为了保护不吸烟者的身体健康，要把‘禁止电子烟在室内公共场所使用’纳入到控烟条例中去，纳入管控体系中去。”

别让青少年陷入电子烟的“迷雾”

随着电子烟这块“蛋糕”越做越大，一些知名电子烟品牌以“经销店+专卖店”的方式在全国快速铺开，方圆一公里之内可能就有多个电子烟门店，在一些便利店、超市也设有柜台，以免费体验、打折促销吸人眼球。从“看到朋友抽”到“翻到电子烟相关新闻”，电子烟烟民的“入坑”原因也各不相同。

“门店可能管得比较严，在便利店买电子烟时，感觉查身份证查得并不严。”据小田观察，从微信上一些所谓的销售人员手里买烟弹，也不需要查验年龄，付款之后就可以直接快递到家。

“对于青少年是否可以抽电子烟，我想所有的人都会说不。”肖琳说，“任何部门都应该不遗余力地保护好我们的下一代，保护好我们的青少年。”

据《光明日报》

醉酒找不到车竟报警 他和朋友双双被刑拘

喝醉酒找不到车子，他竟然报警称自己的车被人偷了。近日，南京江宁警方向江宁开发区交警移交了一名涉嫌酒驾的报警人邓某，而经民警深入调查发现，他朋友也涉嫌酒驾。

当天下午，接警的民警调阅监控发现，邓某的车辆停在朋友小区的车位上，且邓某满身酒气，于是民警将邓某移交给江宁开发区交警中队。跟进民警通过

监控视频仔细比对，意外发现该车辆竟然是先由邓某驾驶，后由其朋友丁某开回小区的。

随后，民警找到了丁某，发现他也是满身酒气。经酒精呼气检测，邓某体内酒精含量为168毫克/100毫升，丁某体内酒精含量为155毫克/100毫升，两人都涉嫌醉酒驾驶，目前已被警方刑事拘留。

据《扬子晚报》

四川双胞胎“学霸”姐妹花 姐姐考了696分 妹妹考了655分



姐妹俩在收拾满屋子的书本

日前，四川高考成绩开放查询，与多数考生紧张的心情不同，资阳一对双胞胎姐妹在查分前显得十分轻松，她们俩淡定地在家收拾满屋子的书本。

姐姐杨梅先拿出准考证，坐在电脑前查分。当看到成绩696分时，她淡定地说：“我当时预估分是680多分，没想到考了696分。”

看到姐姐考得很好，妹妹杨敏也迫不及待地开始查分，当看到自己考了655分时，杨

敏有些失落地说：“这次考试没有达到我的预期，与我平时的成绩相差太大。”

对于之后的规划，姐姐杨梅说自己对科研比较感兴趣，所以选择了理论与应用力学专业，未来想往航空航天方向发展。妹妹杨敏也表示，想要报考航空航天相关专业，但她称此次考试成绩与自己的预期目标还是有距离，因此计划复读一年，争取追上姐姐。

据《资阳日报》

住酒店送彩票 “90后”小伙儿 出差顺便中了个大奖



日前，一男子在湖南湘潭入住酒店时获赠酒店的福利彩票，幸运中了205万元大奖。

在网上热传的视频显示，一名酒店工作人员称酒店有为住客提供免费赠送彩票的活动，只是没想到这一次有人中了205万元的大奖。

24日晚，湘潭福彩微信公众号发布了此次中奖的详细信息。

信息显示，该酒店是湖南湘潭欧泰酒店。福彩站点就设在酒店内，是当地2020年新开的站点。酒店为了提高入住率，从去年12月起，给每位入住房

客赠送一张彩票，当做“小惊喜”。

24日上午，房客们正在酒店前台办理退房手续。当工作人员帮一位年轻男子核对彩票时，发现他就是前一天晚上那注七乐彩的大奖得主李先生。一开始李先生还以为是在开玩笑，认真核对号码后才发现自己真的中奖了，而且中了205万元！

据了解，李先生是名“90后”，这两天恰好到湘潭来出差。

据光明网