

幸福



為  而戒
從此刻起許下承諾



戒所



尊貴的客人您好，

歡迎來到幸福黨戒所

我是您的幸福黨戒專員**麥賈薰**

如果您還不能下定**決心**，

容我為您介紹一下我們的黨戒款式：



根據世界衛生組織統計



全球每10秒就有
一個人因吸菸死亡。



吸一根菸，平均
壽命則是少活7分鐘。



使用菸品者平均
壽命減少約15年。



款式A
一手



戒菸的您將可減少以下

病徵發生的機率

提高幸福生活的能量



心跳加快

促進肝臟製造低密度脂蛋白膽固醇

胃食道酸逆流 (GERD)

精蟲品質較差

血壓上升

血液攜氧量下降

白內障

勃起失常

冠狀動脈收縮

增加血小板活性，造成血管阻塞

牙周病

女性早發性停經

造成心肌缺氧

形成粥狀血管硬化

皮膚老化

易有不正常胚胎

脂肪代謝異常

胃及十二指腸潰瘍

男性精蟲減少



款式 B 二手

薰

戒

二手菸是被動
或非自願吸入
的環境菸煙

二手菸

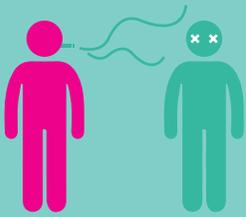
釋放出**7000種**以上的化學物質

超過**250種**對人體健康有害

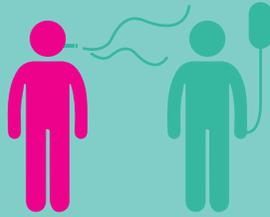
93種致癌物質及有害物質

被世界衛生組織列為**頭號的致癌物質**





臺灣每年約有
3,000名
死於二手菸害



每年因二手菸
罹病約達
15至23萬人



約**2至3分鐘**
就有**1名**不吸菸
者因他人吸菸而
罹患疾病

不為了自己也為了**孩子**

二手菸除會造成或加重幼兒氣喘、支氣管炎、肺炎、中耳炎等呼吸道疾病外，且與兒童白血病、淋巴瘤、大腦與中樞神經系統病變、肝母細胞瘤等癌症有顯著關係；但多數人卻不知道，二手菸對兒童所帶來的新傷害，包括肥胖、身體質量指數(Body Mass Index, BMI)較高、腰圍較大、行為表現問題等。

美國每年至少有6,200名孩童死於父母親的二手菸，數量多過美國小孩每年所有意外死亡的總和。



款式C
二手

薰

戒

「二手菸」是
指菸熄滅後在
環境中殘留的
污染物

二手菸對

毛孩的危害

吸菸除了對人體有害外，對家中寵物也同樣具有危害，根據資料顯示，貓狗長期暴露在二手菸、二手菸的環境下，易引發

各類
呼吸
系統
疾病

過敏
反應

鼻癌

肺癌

口腔癌

三手菸至少影響環

3個月
以上

能造成兒童



認知能力的缺陷



閱讀能力便會越來越差



引起嬰幼兒的呼吸系統問題



增加嬰幼兒哮喘發作機率



增加中耳炎風險



款式D 電子



使用電子煙產生的不舒服症狀有呼吸急促、咳嗽、胸痛、噁心、嘔吐甚至腹瀉等等，因為電子煙油中的化學品添加劑，使得人體細胞中DNA損傷導致的細胞突變，會引發癌症。

電子煙在美國產生多起不明肺部疾病及死亡事件，也可能引起爆炸與灼傷事件。

- ❖ 使用電子煙一樣會上癮，無法幫助戒菸。
- ❖ 電子煙在我國非合法產品。



國民健康署呼籲

4不1拒

不要

相信業者
「減害」
的說詞

不要

嘗試使用
電子煙

拒絕

電子煙的
誘惑

不要

接受他人
提供的電
子煙

不要

推薦他
人使用
電子煙



薰 時間軸

戒

停止
抽菸



20
分鐘

12
小時

3
天

2-14
週

血液循環
就會有具體的改善，血壓與心跳速度在此時回到正常範圍。

血液中的
氧氣濃度回到正常。

肺部支氣
管開始放鬆一些，呼吸狀況得以改善。

循環系統
改善，肺功能得以提高，運動起來也不至於像以往那樣吃力、容易喘容易累了。

15
年

3-9
個月

1
年

5
年

10
年

肺部
復原得更
好，咳嗽
與呼吸短
促的情況
也會隨之
減少。

心臟
病發作的
機會就降
到約為吸
菸者的一
半。

發生中
風的機率
與非吸菸
者相同。

肺癌
的發生率
就會降為
吸菸者的
一半。

心臟
病發作的
機率就與
非吸菸者
相同囉！

讓時間把一
切慢慢變好





下定**決心**永遠不嫌晚

專線服務方式



服務時間

週一至週六 09 : 00 - 21 : 00

(除過年期間與週日外，國定假日照常服務)

服務方式

可使用手機、市話、公用電話撥打免費專線
0800-636363，亦可使用LINE (ID :
@tsh0800636363) 進行諮詢

服務內容

提供專業的戒菸諮詢服務

服務對象

吸菸者本人、吸菸者的親友或希望取得戒菸資訊者等

專線地址

彰化市南校街135號

服務電話

(04)723-8595 分機8510

傳真號碼

(04)711-9000





幸福婚姻以健康為基礎

健康身心從戒菸來起步



衛生福利部
國民健康署

關心您