

不怕死 三成五心梗患者仍抽菸

差一點猝死還是繼續抽菸，國民健康署調查發現，近八成急性心肌梗塞男性患者有抽菸習慣，但急救倖存後仍有35.6%繼續抽菸。國健署長邱淑媿指出，吸菸不僅會罹患肺癌，也會提高心肌梗塞與中風機率。

在電影《賽德克巴萊》中扮演原住民頭目的林慶台，在影片中殺氣騰騰、英姿煥發，但拍片訓練跑步期間卻意外心肌梗塞，體重驟降20公斤，裝了兩根心臟血管支架。

年輕時一天抽菸三、四包的他，深刻瞭解吸菸對健康的傷害，國健署邀他代言拍攝菸害防制短片「戒菸吧！做個真英雄」，呼籲吸菸者從今天開始跟香菸說BYE BYE。

邱淑媿指出，抽菸與國人十大死因息息相關，抽菸直接與癌症、心臟病、高血壓、腦中風、肺炎以及慢性阻塞性肺疾等有關，其中又與心臟病最密切。據統計，心臟疾病連續八年位居十大死因的第二位，103年有1萬9400人死於心臟疾病，平均超過七成心血管疾病患者為老菸槍。

「國人對於菸害仍有錯誤認知」邱淑媿說，許多人知道抽菸與肺癌有關，卻不知抽菸會提高心血管疾病風險，即使中風、心肌梗塞撿回一條命，卻還是繼續抽菸。

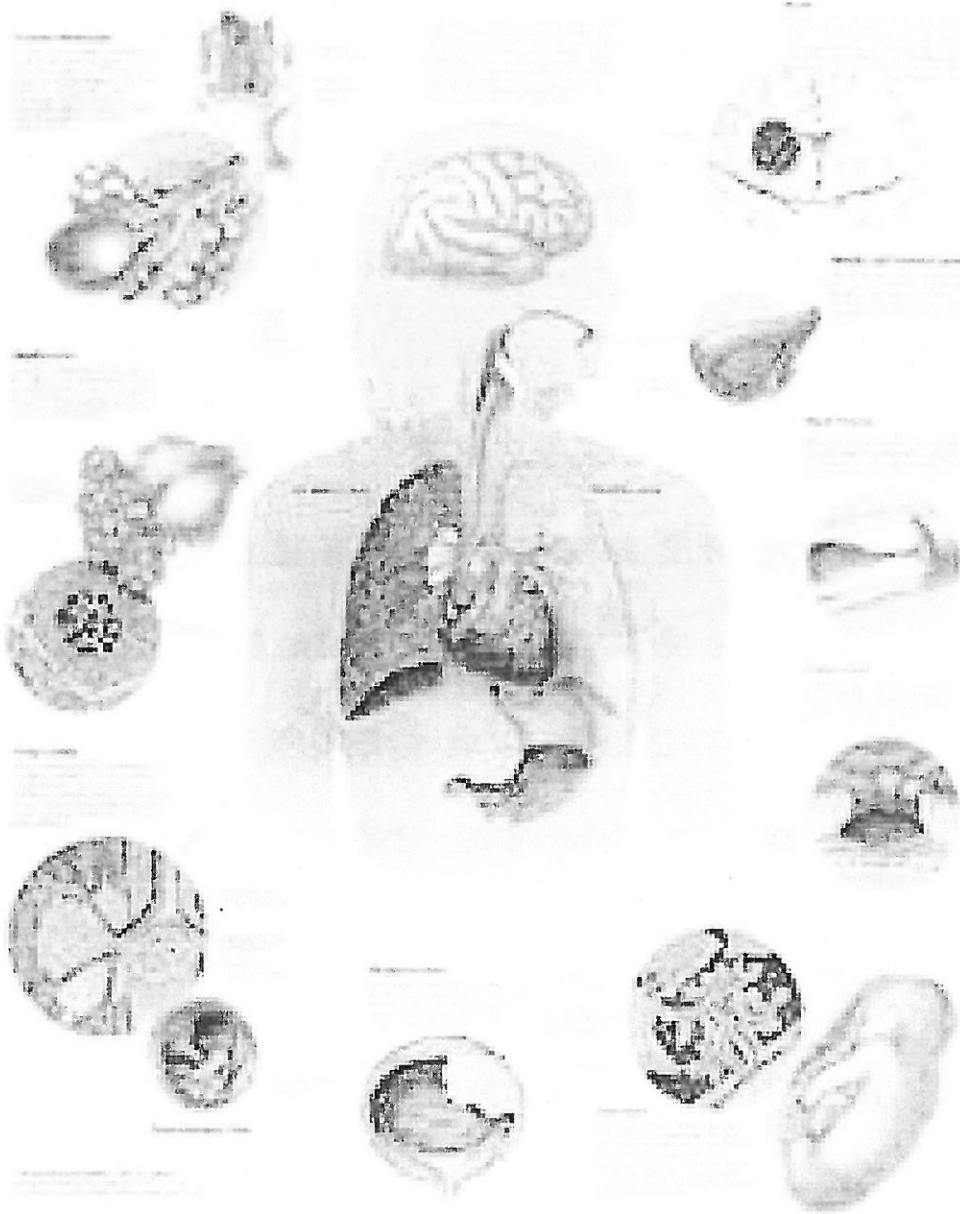
國健署調查發現，男性肺癌患者有77.8%抽菸，罹病後抽菸率大降僅剩7.7%，相較之下，急性心肌梗塞患者罹病後抽菸率仍高達35.6%，缺血性中風患者則有31.6%繼續抽菸。

臨床顯示，只要戒菸一年，心臟疾病風險就可降低一半；戒菸五年，心

血管疾病風險跟不抽菸的人一樣。邱淑媿指提醒吸菸者，可撥打免費戒菸專線 (0800-636363) 或參加戒菸門診，與林慶台一樣完全戒菸，做個真英雄。

(參考資料：國健署「菸害防制網」)

DANGERS OF SMOKING



國軍菸害暨檳榔防制服務中心 0800-580791 關心您！

別把口腔當成核廢料儲存室

聯合國國際癌症研究總署證實檳榔致癌性是「世界第一等」

一直以來，大家對於檳榔普遍存在的印象就是，它是造成土石流的主要原因、它是勞動階層的口香糖、它是馬路血漬的來源！過去檳榔也被當成中藥使用，被用來治療疾病、防止瘟疫，許多民族透過檳榔強化族群文化認同，當作社交、婚禮的禮物，甚至作為宗教祭品或行使巫術的法物，具有特殊的文化價值。放眼中南部半山腰，檳榔樹林立，這個曾被號稱「綠金、綠寶石」的經濟作物，一直存在國人生活中，有人拿檳榔西施做研究，甚至不惜下海，有人浩浩蕩蕩開起文化展，強調檳榔是文化一部份。然而這些錯誤觀點，是造成檳榔危害防治的最大障礙。

「檳榔」的真相只有一個！就是它是一級致癌物，致癌風險與砒霜無二。

2003年，世界衛生組織將「檳榔」列為第一類致癌物，聯合國國際癌症研究總署(IARC)也證實，檳榔與戴奧辛、黃麴毒素、放射性物質、苯、鎘、砷(如砒霜)等，同列第一類致癌物。不加任何配料的檳榔子即對人類具有致癌性。根據衛生福利部國民健康署近期調查結果顯示，國人18歲以上男性民眾針對「嚼檳榔即使不加配料，也會導致癌症」之檳榔認知率，近5成民眾仍不知檳榔子會致癌。

使用檳榔、香菸、酒是罹患口腔癌的主要原因，嚼檳榔不僅會引起口腔癌，亦會引起咽、喉與食道的癌症、罹患糖尿病或高血糖、代謝症

候群危險性皆顯著高於未嚼檳者，且會產生「跨代效應」影響下一代：有嚼檳榔父親的小孩較沒嚼檳榔父親的小孩有 2 倍以上的危險發生代謝症候群。這些風險大家不是不知道，但常常因為鴛鳥心態及「有那麼嚴重嗎？」而忽略。防癌教育基金會熊佩韋醫師表示，在他的門診及基金會協助創立的口友水餃店，大多數口腔癌病人都嚼檳榔，得到口腔癌後也都後悔不已！資料顯示 10 個口腔癌就有 9 個是嚼檳榔的人，他特別呼籲，拒絕使用這些致癌物質是最簡單、有效的防癌措施。

防癌教育基金會由力行執行長表示近來酒精飲料喜歡用名人代言，藝人代言本身就存在一種鼓勵性質，維士比請大明星代言，勞工界紛紛在工作時人手一瓶，最近更有藝人扮起檳榔西施，這些宣導透過媒體強力放送，一些自制力欠佳的人就起而效尤，藝人、廠商賺到了名利，卻把傷害留給民眾！我們在期待這個社會不再缺角，應該是每一個人的責任，檳榔子致癌危害國人健康，不是當成譁眾取寵的娛樂工具，應當影視工作者必須慎思的！（參考資料：台灣戒檳種仔衛教聯盟）

