# 吸烟与吸电子烟：学校与教师资源指南

学校应该发挥其重要作用，提供保护性的环境，并教育儿童与青少年远离吸烟与吸电子烟的有害影响。

## 有关吸烟与吸电子烟的事实真相

### 什么是吸烟与吸电子烟？

吸烟是指燃烧某种物质，使其产生烟雾并将其吸入肺中的行为。

吸电子烟是指加热某种液体，使其产生气雾并将其吸入肺中的行为。在吸烟与吸电子烟时，都会吸入能够损害人体健康的化学物质。

电子烟（又称为"vape"）是一种电子设备，用于加热某种烟液（或称为"juice"、果汁烟油），使其产生气溶胶供使用者吸入。使用电子烟通常被称为吸电子烟（vaping）。不同电子烟的形状大小各异，外观可能像荧光笔、钢笔或U盘。[[1]](#footnote-2)

### 电子烟内含有什么物质？

对于电子烟或其中使用的烟液，并不存在质量或安全标准，这意味着电子烟的生产加工、内容物与标签内容都没有受到监管。

大多数电子烟都含有[尼古丁，这是一种有害物质，能让人上瘾](https://www.tobaccoinaustralia.org.au/chapter-18-harm-reduction/indepth-18b-e-cigarettes/18b-0-introduction)。大多数电子烟与电子烟液即便贴有“不含尼古丁”的标签，实际上依然含有尼古丁。[[2]](#footnote-3) 在电子烟产生的气溶胶中发现了重金属与致癌物质等[有害物质](https://www.health.gov.au/health-topics/smoking-and-tobacco/about-smoking-and-tobacco/about-e-cigarettes#:~:text=Hazardous%20substances%20have%20been%20found,can%20also%20cause%20DNA%20damage)。

### 吸电子烟会对未成年人的身体产生什么影响？

吸电子烟会造成严重的短期与长期损害，即便使用不含尼古丁的电子烟也会造成损害：

* 短期影响包括呕吐、恶心、咳嗽、呼吸急促、口腔刺激以及哮喘
* 长期影响包括肺部损伤、心脏疾病以及癌症

电子烟问世时间不长，尚不清楚是否会引发其他疾病，但大多数专家认为电子烟可能会引发肺癌与口腔癌。

在青少年时期接触尼古丁，可能会对脑部发育造成损害，并引发更高的成瘾风险。[[3]](#footnote-4) [[4]](#footnote-5) 尼古丁是一种有毒物质，意外吞食可能会致病，对年幼的孩子来说则是致死的。

相比起其他未成年人，吸电子烟的未成年人发展至吸香烟的可能性高出了三倍多。还曾发生过数起电子烟爆炸及着火的事件。

## 有关电子烟的法律

### 在校内与学校周边禁止吸烟与吸电子烟

根据*《1987年烟草法》*（*The Tobacco Act 1987*，简称《烟草法》）的规定，校园内或任何通往校园的步行出入口的4米范围内禁止吸烟或吸电子烟。

吸烟与吸电子烟的禁令适用于：

* 在上课时间或其他时间处于校园内的任何人，包括学生、教师、合同工、家长或照护人以及其他社区人员（例如体育团体）
* 在校园内开展的所有活动，包括学前班、幼儿园、课后托管、文体休闲活动及学校的节日庆典活动

在校园外开展的学校活动与外出活动中，同样禁止吸烟与吸电子烟。

### 与健康及零售相关的法律

《烟草法》规定了吸烟或吸电子烟的允许范围，以及烟草与电子烟产品的销售与广告宣传活动。以下行为对任何人来说都是违法的：

* 向未满18岁的人销售、实物交易或交换任何种类的烟草或电子烟产品
* 持有含尼古丁的电子烟，有医生处方的除外
* 在有未满18岁的人在场的情况下，在机动车内吸烟或吸电子烟。

如发现有零售商向未成年人销售电子烟产品，应该向当地市政府举报。

欲知有关《烟草法》的更多信息，请访问[www.legislation.vic.gov.au/in-force/acts/tobacco-act-1987/095](http://www.legislation.vic.gov.au/in-force/acts/tobacco-act-1987/095)

## 学校的责任

教育与培训部的[《酒精与其他毒品——学生政策》](https://www2.education.vic.gov.au/pal/alcohol-and-other-drugs-students/policy)为学校提供了有关减少使用酒精与毒品的全校性举措的信息。

在该政策下，学校必须做到：

* 杜绝学生在校园内或野营与外出活动中持有、使用或贩卖酒精或其他毒品
* 根据学校事件（包括紧急情况）的上报与管理政策以及在该政策中规定的程序，管理并上报任何与酒精及其他毒品相关的事件
* 按照教育与培训部《酒精与其他毒品——学生政策》中的规定，采取合适的措施
* 如果发现任何滥用烟酒及药物的问题，在采取惩罚性措施前，先考虑为学生提供身心健康方面的支持，并确保学生可以获得及时与持续性的支持。

## 为学校提供的有关吸烟与吸电子烟的资源

### 部门政策资源

**教育与培训部有关禁止吸烟与吸电子烟的政策**

该政策阐明了有关在校园内吸烟（包括使用电子烟）的法规政策。内容包括一份资料单，附有帮助学校传达禁烟政策的文字模板。请在以下网页阅读该政策[www2.education.vic.gov.au/pal/smoking-vaping-ban](https://www2.education.vic.gov.au/pal/smoking-vaping-ban)

**《酒精与其他毒品——学生政策》**

为学校提供信息，支持采取全校性举措来减少使用酒精与毒品。请在以下网页阅读该政策[www2.education.vic.gov.au/pal/alcohol-and-other-drugs-students](https://www2.education.vic.gov.au/pal/alcohol-and-other-drugs-students)

### 教学资源

**Get Ready（做好准备）**为7至9年级学生提供了一整套教学活动。这是一项基于证据的酒精与毒品教育项目，其中有些课程会专门讲解有关吸烟的内容。

[www.education.vic.gov.au/school/teachers/teachingresources/discipline/physed/Pages/drugedulearn.aspx](http://www.education.vic.gov.au/school/teachers/teachingresources/discipline/physed/Pages/drugedulearn.aspx)

**Healthy Schools Achievement Program（健康学校成就计划）**
该成就计划提供有关身心健康的全校性举措框架，其中包括有关烟草、酒精与其他毒品的焦点健康版块。

<https://www.achievementprogram.health.vic.gov.au/education/schools>

**Guidelines for Schools: Parent Involvement in Drug Education（学校指导方针：在毒品教育中的家长参与）**

帮助鼓励家长与照护人参与毒品教育的资源与模板。

www.education.vic.gov.au/school/teachers/teachingresources/discipline/physed/Pages/drugeduengage

**Positive Choices（积极的选择）**
由悉尼大学开发的学校教育资源与毒品预防项目，包括为家长、教师与学生提供的毒品与酒精预防宣传手册（内容包括电子烟与吸电子烟）、有关电子烟的资料单以及网络研讨会。

<https://positivechoices.org.au/drugs-a-z/tobacco>

### 促进健康的资源

**Quit Victoria（维多利亚州戒烟协会）**为想要戒烟与戒电子烟的人提供资源、信息与支持，并为家长和子女提供资料单。[www.quit.org.au/articles/teenvaping](http://www.quit.org.au/articles/teenvaping)

**The Royal Children’s Hospital（皇家儿童医院）**

有关电子烟与青少年的资料页面中包含了如何与青少年就吸电子烟的健康风险进行沟通的内容，还包含一期由儿科医生制作的有关电子烟的播客节目。[www.rch.org.au/kidsinfo/fact\_sheets/E-cigarettes\_and\_teens](http://www.rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/E-cigarettes_and_teens)

**Better Health Channel（改善健康频道）**

提供的信息包括：吸烟对健康的影响、戒烟策略、有关吸烟的统计数据与维多利亚州的相关法律、电子烟的危害、电子烟中使用的烟液以及尼古丁中毒的危害。[www.betterhealth.vic.gov.au/healthyliving/smoking-and-tobacco](http://www.betterhealth.vic.gov.au/healthyliving/smoking-and-tobacco)

**皇家儿童医院网站视频**包含一段适合学校员工与家长/照护人观看的视频，内容有关吸电子烟的健康风险。

www.rchpoll.org.au/polls/e-cigarettes-vaping-and-teens-do-parents-know-the-dangers/

**Cancer council（癌症协会）：电子烟**

有关电子烟安全性的信息。

[www.cancer.org.au/cancer-information/causes-and-prevention/smoking/e-cigarettes](http://www.cancer.org.au/cancer-information/causes-and-prevention/smoking/e-cigarettes)

**Australian Drug Foundation（澳大利亚毒品基金会）：有关尼古丁的事实真相**

[adf.org.au/drug-facts/nicotine](https://adf.org.au/drug-facts/nicotine/)

### 来自机构部门的支持

学校以及服务于当地区域的身心健康与融合参与方面的工作人员也能够为吸烟或吸电子烟的学生提供支持：

* Doctors in Secondary School Program（医生到访中学进行看诊的项目）
* Secondary School Nursing Program（中学校内护理项目）
* Student Support Services Program（学生支持服务项目）
* Mental Health Practitioners in Schools（校内心理健康工作者）
* Primary Welfare Officers（基础福利工作人员）
* Koorie Engagement Support Officers（原住民接洽支持干事）

请联系您当地的办公室，获取以上这些支持服务。

### 咨询服务

* **Quitline（戒烟热线）**提供建议与保密的心理辅导，服务对象包括未成年人，服务时间为周一至周五上午8点至晚上8点。请拨打 13 78 48 或访问[www.quit.org.au](http://www.quit.org.au)
* **DirectLine**是一家有关酒精与其他毒品的咨询服务，提供保密的心理辅导与转介，服务于维州全境。该服务全天候提供，全年无休。请拨打 1800 888 236 或访问[www.directline.org.au](http://www.directline.org.au)
* **Youth, Drugs and Alcohol Advice（青少年、毒品与酒精咨询服务）**专为青少年提供咨询服务，服务时间为周一至周五上午9点至晚上8点。电话 1800 458 685
* **Alcohol and Drug Foundation（酒精与毒品基金会）**咨询热线 1300 85 85 84
* **Headspace**提供有关心理健康的支持，包括在线支持、电话支持以及通过headspace服务中心提供的当面支持。请访问[www.headspace.org.au](http://www.headspace.org.au)
1. 出处：[E-cigarettes and young people: what you need to know (quit.org.au)](https://www.quit.org.au/articles/teenvaping/) [↑](#footnote-ref-2)
2. 出处：[E-cigarettes and young people: what you need to know (quit.org.au)](https://www.quit.org.au/articles/teenvaping/) [↑](#footnote-ref-3)
3. 出处：[Vaping and your health (quit.org.au)](file:///C%3A/Users/08757128/Downloads/Quit_Infographic_Health_Risks_for_Teens_2021_xhYch5a.pdf) [↑](#footnote-ref-4)
4. 出处：[Kids Health Information : E-cigarettes and teens (rch.org.au)](https://www.rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/E-cigarettes_and_teens/#:~:text=Nicotine%20exposure%20during%20the%20teenage,on%20to%20use%20regular%20cigarettes.) [↑](#footnote-ref-5)