



患者及照护者教育

关于电子烟设备的常见问题

本信息回答了关于电子烟设备的常见问题。还提供了帮助人们戒烟的资源。

什么是电子烟设备？

电子烟设备是一种电池供电的设备，可能看起来像、感觉也像普通香烟。其中包括：

- 电子烟
- 雾化器电子烟
- 笔式电子烟
- Juul
- 水烟笔
- 电子烟斗

电子烟设备不像普通香烟那样燃烧烟草。相反，它们使用装有尼古丁、调味剂和其他化学物质等液体的烟弹。电池会加热液体，使其变成蒸气或雾气后吸入。

使用电子吸烟设备也称为吸雾化烟、吸蒸汽烟、吸 Juul 或电子烟。

使用电子烟设备是否安全？

目前尚不清楚电子烟设备的长期健康风险。未来还需要更多关于电子烟设备安全性的研究。

电子烟设备虽然不会将烟吸入您的肺部，但其中却含有尼古丁和其他化学物质。电子烟中的蒸汽由水和化学物质组成。某些人吸入此类化学物质后可能会出现呼吸问题。

2016 年，美国食品药品监督管理局 (FDA) 制定了针对所有烟草产品的制造、销售和促销规则。其中就包括电子烟设备。所有烟草产品应在包装上标示健康警告。禁止 18 周岁以下的人员购买任何类型的烟草产品。

Juul 是否比雾化烟更安全？

不是。Juul 并不比雾化烟或任何其他电子烟设备安全。Juul 可能比雾化烟或其他电子烟设备对身体的伤害更大。

Juul 配有不同口味的液体烟弹。烟弹中也含有尼古丁。每个 Juul 烟弹中尼古丁的含量相当于一包香烟的尼古丁含量。

Juul 中的尼古丁会被吸收进血液中。Juul 的蒸汽更轻，也更容易吸入。从而导致您更有可能长时间吸入更多的尼古丁。

此外，Juul 烟弹中苯甲酸的含量也高于其他电子烟设备。目前已知苯甲酸会引起：

- 咳嗽
- 咽喉疼痛
- 腹部疼痛
- 恶心（想要呕吐的感觉）
- 呕吐

使用含有维生素 E 醋酸盐的电子烟是否安全？

不安全。吸入维生素 E 醋酸盐可能会引起呼吸问题。请勿在电子烟设备中添加任何物质，即使从正规渠道购买。包括维生素 E 醋酸盐。

电子烟设备能帮助人们戒烟吗？

电子烟设备并非经 FDA 批准的戒烟方法。我们尚不清楚电子烟设备是否能够帮助人们戒烟，或者使戒烟变得更加困难。

尽管未来还需要更多研究，但有些人使用电子烟设备：

- 减少普通香烟烟雾中有害化学物质的摄入量。
- 辅助控制尼古丁戒断时对烟草的渴望。
- 减少吸烟或戒烟。
- 避免重新开始吸烟（复吸）。

如果使用电子烟设备，有些人可能会减少吸食普通香烟。这可能会导致他们不太可能戒烟。如果您正在尝试戒烟，请采用安全且经过证明的方法，例如尼古丁贴片、口香糖或含片。

我是否可以在医院使用电子烟设备？

不可以。禁止在任何 MSK 机构内使用电子烟设备。

我该如何戒烟？

我们可以向您提供很多关于戒烟的资源，包括药物和咨询。MSK 的专员可以帮助您戒烟。该项目对所有人开放。烟草治疗项目 (TTP) 旨在采用不同的方法帮助您戒烟，包括个人和团体咨询。烟草治疗专家也会向您提供安全有效的药物帮助您抵制吸烟的欲望。

如需了解有关烟草治疗项目的更多信息，请致电 212-610-0507 或访问 www.msk.org/tobacco。

您也可以观看视频：



Please visit www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/video/quitting-smoking-msk-tobacco-treatment to watch this video.

如需了解有关戒烟的更多信息，请阅读 *烟草治疗指南：患者及家属须知* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/tobacco-treatment-guide)。

更多资源

美国国家癌症研究所 (NCI) 免费戒烟热线

877-448-7848

www.smokefree.gov

美国癌症协会 (ACS)

800-227-2345

www.cancer.org/cancer/cancer-causes/tobacco-and-cancer

美国食品药品监督管理局

[www.fda.gov/tobacco-products/products-ingredients-components/vaporizers-e-cigarettes-and-other-electronic-nicotine-delivery-systems-electronic smoking devices](http://www.fda.gov/tobacco-products/products-ingredients-components/vaporizers-e-cigarettes-and-other-electronic-nicotine-delivery-systems-electronic-smoking-devices)

OnCancer: Memorial Sloan Kettering 新闻与深度见解

www.msk.org/blog/are-electronic-cigarettes-safer-use-conventional-cigarettes

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。随时有值班医生或护士为您提供帮助。如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Common Questions About Electronic Cigarettes and Nicotine Pouches - Last updated on September 9, 2026

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利