Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

关于电子烟的真相

您可能听说过电子烟，有时也称为 JUULS、Vapes 和 Vape Pens，比使用烟草产品更安全。 有时还会推广使用电子烟，以帮助戒掉其他烟草制品。 但事实上，我们对电子烟的安全性知之甚少。

使用电子烟现在对健康有风险，以后随着年龄增长也可能存在风险。 研究人员需要数十年时间才能了解使用电子烟的长期影响。 原因在于电子烟是一种较新的产品，人们还没有投入足够的时间来研究电子烟对健康的各种风险。

然而，医疗保健提供者现已注意到，电子烟使用者患上罕见肺部问题的情况正在急剧增加。 现有的研究结果表明，使用电子烟会将一些有害化学物质带入人体。 医疗保健提供者和研究人员还发现，这类产品具有成瘾性。

在 Memorial Sloan Kettering Cancer Center (MSK)，我们拥有一支专门的烟草治疗专家团队。 团队成员均为专家人士，擅长帮助人们戒除多种不同烟草制品，其中包括：

- 香烟
- 雪茄
- 迷你雪茄

- 小雪茄
- 咀嚼烟草、尼古丁或烟草袋
- 电子烟
- 其他烟草制品，如水烟、烟斗、鼻烟等

MSK 烟草治疗项目采用一系列基于研究的方法，致力于帮助您戒烟。 我们与您一起制定个性化戒烟计划，以增加戒烟成功的机会。

电子烟如何对健康产生影响?

当您使用电子烟时，设备会加热液体，产生气溶胶（或“蒸汽”）供您吸入。 人的肺部并不适合吸入气溶胶颗粒，而是用来吸入氧气的。 电子烟液中含有大量尼古丁，即烟草香烟中包含的同一种成瘾性药物。

此外，电子烟液中通常还含有其他可能损害肺部的化学物质。 使用电子烟时，您可能会发现自己的健康出现一些不良变化，包括：

- 呼吸短促
- 呼吸时咳嗽或气喘。 这些症状也可能是称为“爆米花肺”这一疾病的早期体征，该疾病与使用电子烟有关。
- 在某些情况下，头痛和恶心（感觉想吐）。

电子烟使用人群可能会面临严重的肺部损伤风险，需要紧急就医。

电子烟液中含有什么?

电子烟液有多种名称，包括电子烟液体、电子果汁或电子烟油等。

烟液中含有调味剂、尼古丁和化学物质，以产生供人吸入的蒸汽。

加热电子液体时，电子烟可能会释放出化学物质、重金属和尼古丁。

电子烟的种类多达数千种。 美国食品药品监督管理局 (FDA) 尚未对这类设备的制造或所含液体进行监控。 由于 FDA 未提出指导原则，因此每种电子烟的所含成分均不得而知。

电子烟是戒烟的好方法吗?

电子烟并非经 FDA 批准的戒烟方法。 许多使用电子烟的人从未完全戒掉其他烟草制品。 在许多情况下，他们会同时使用两种烟草制品。 MSK 烟草治疗项目采用循证型方法，现已证明对包括电子烟在内的所有烟草制品都有着极高的戒烟率。

准备就绪后可以采取的行动

- 了解戒烟带来的健康受益。
- 找到戒烟或减少吸烟的理由。
- 制定适合自己的计划。
- 与您的医疗保健提供者咨询，寻找相应的烟草治疗项目。
- 通过本项用时 2 分钟的小测验，了解自己是否符合肺癌筛查条件。

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。

What You Need to Know About Vaping and Electronic Cigarettes - Last updated on September 24, 2024
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利