

<<吸烟与健康>>

图书基本信息

书名：<<吸烟与健康>>

13位ISBN编号：9787564906368

10位ISBN编号：7564906367

出版时间：2012-1

出版时间：杨跃进、梁晓夏、刘丙寅 河南大学出版社 (2012-01出版)

作者：杨跃进，等 编

页数：183

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;吸烟与健康&gt;&gt;

## 前言

在广袤的宇宙，目前已知只有我们生活的这个蓝色星球上开放着灿烂的生命之花。

人类从原始社会到现代社会的形成是一部伟大的文明发展史，而且都是循序渐进地排除那些被认为是有害无用的东西。

吸烟问题，现在成了人们生活中的痼疾，玷污着我们的文明，它被称为是人类的一种“垃圾行为”。

吸烟是一种不确定因素，我们要于不确定中找到制衡点来抵制吸烟，驱除这不文明的现象，战胜害人害己的恶习。

思想决定控烟成败，行动是戒烟成败的途径，有了决心，加之实践行动，才会一步一步走向成功。

吸烟危害健康是许多国家的科学工作者经过半个多世纪的深入研究得出的科学结论。

这些结论能够使群众潜移默化产生一种排烟的力量，把“垃圾”抛弃，将这个有烟的社会变成一片净土，对此，需要做很多工作，需要一代人一代人做出努力、付出代价。

自18世纪纸烟出现以来，纸烟盛行全球，我国是世界上烟草生产第一大国，从《世界卫生组织烟草控制框架公约》（以下简称《烟草控制框架公约》）签署后的五年间，我国的卷烟产量不仅没有得到控制，反而从2004年的18736亿支，增加到2010年的23752.73亿支。

香烟的消费者每天平均吸烟量为15.8支，高于世界平均水平的13.63支。

每一口烟都在肺里留下2亿个惰性烟尘颗粒，凡是经过肺部的烟尘都会直接导致疾病。

我国是世界上吸烟人数最多的国家，据2002年调查，中国男性吸烟率高达66%，女性吸烟率为3.1%

。

妇女、儿童是被动吸烟的受害者，被动吸烟率为53%，被动吸烟人群中，82%在家中，67%在公共场所，35%在工作场所。

我国被动吸烟受害人数达5.4亿，每年因吸烟致死的人数达100万人，预计到2020年，因吸烟致死的人数将增至300万人。

吸烟这项公害，还成了世界各国关注的重要问题之一。

世界卫生组织早在1986年第77届执委会议上对控烟问题即作出决议，1988年宣布每年5月31日为无烟日，《烟草控制框架公约》2003年通过实施，2006年1月9日公约在中国生效。

然而我国的控烟运动与西方国家相比处于一种滞后状态，还没有把《烟草控制框架公约》融入我国法律之中，国民对烟盒上的有害健康的忠告熟视无睹。

今年是世界无烟日，为了唤起民众对戒烟的重视，积极倡导控烟、戒烟，把我国的戒烟运动引向深入，把广大烟民特别是那些妇女和青少年吸烟者从烟海里解救出来，我们搜集了有关控烟、戒烟的资料，汇编成册，供有关人员参考。

编者 2011年10月

## <<吸烟与健康>>

### 内容概要

《吸烟与健康》根据报告，2000年后，我国人群在20多年的高吸烟率后，其负面健康效应正在表现出来，烟草归因死亡人数明显增加。

据保守估计，2020年我国归因于烟草的年死亡人数将达到350万人，占世界烟草归因死亡人数比重的21.3%，2030年将达到350万人，占世界预测烟草归因死亡人数的43.75%，进入烟草疾病负担高峰。

《吸烟与健康》讲述戒烟知识。

## <<吸烟与健康>>

### 书籍目录

前言一 烟草概述 烟草的起源 烟草的传播 吸烟史话 中外烟草文化 我国少数民族的烟文化 烟草发展史之最 烟草发展现状二 吸烟的危害 概述 烟草中的有害物质 吸烟的致癌作用 吸烟对身体的其他危害 吸烟对孕妇和胎儿的影响 吸烟对青少年的危害 被动吸烟的危害 关于减轻吸烟危害的九条建议三 戒烟 概述 吸烟成瘾性 必须戒烟的人群 戒烟误区 不正确的戒烟方法 正确的戒烟方法 戒烟的新花样 名人与戒烟 戒烟后的好处四 禁烟与控烟 控烟工作的重要意义 控烟工作回顾 我国控烟工作 河南省控烟工作 中国未来控烟重点 世界无烟日 世界控烟之最附录1：《公共场所卫生管理条例实施细则》附录2：《世界卫生组织烟草控制框架公约》

## &lt;&lt;吸烟与健康&gt;&gt;

## 章节摘录

烟草的传播 烟草的传播主要借助于15世纪西班牙航海家哥伦布对美洲新大陆的发现。

1492年10月，哥伦布率领探险队到达美洲，发现当地人的“吸烟行为”。

据记载，哥伦布率领的船队于1492年10月12日这天登上了巴哈马群岛中的一个叫圣萨尔瓦多的小岛。

哥伦布和他的水手们看见那里的印第安人手里拿着火把，嘴里叼着草叶在吸烟雾。

他们感到很奇怪。

过了几天，当他们继续航行到今天的古巴和海地时，又见到许多男男女女也是手里拿着点燃的草叶在吸，走到近处仔细看，才知道他们点燃的是用烟草叶包裹的玉米叶丝。

哥伦布发现烟草在印第安人心中是极具价值的。

在印第安人看来，烟草是上帝赐予的“神草”，绝对不能亵渎。

所以印第安人举行各种纪念活动，如祭天地日月、诸神和祖先时，都把烟草作为最上等的礼物拿出来供享。

因此，烟草早期不是一种生活消费品，而是宗教仪式中不可缺少的物品。

印第安人把烟草作为礼物送给了哥伦布，哥伦布及其水手们把印第安人馈赠的烟草带回欧洲，最初是因为很欣赏它美丽的大叶和花朵，把烟草作为观赏植物栽培。

随着哥伦布探险船队的返航，烟草的种子最先被带到了西班牙，西班牙人开始在圣多明各种植烟草，西班牙人又把烟草叫做“多巴哥”，他们认为这种植物是一种很好的装饰品，并将这种“多巴哥”运往欧洲。

过了不久，烟草就传到了葡萄牙，法国驻葡萄牙领事让·尼科将这种植物作为医治百病的灵丹妙药献给了法国皇后卡特林·梅迪西施，烟草也随之传入了法国，紧接着又迅速传到欧洲其他地区。

此后，尼科便成了光荣的尼古丁的传播人。

由于人们都相信它有医疗作用，因此这种植物便成了圣物和灵丹妙药。

渐渐地，人们发现烟草有麻醉作用和其他药用功能，传播日渐广泛。

由于通往美洲的新航道的开通，欧美大陆之间的往来日益频繁，烟叶和烟草种子源源不断地被带进欧洲各个角落，烟草很快在欧洲传播开来，并且不断传播到世界的其他地方。

据记载，1543年，西班牙殖民者沿着麦哲伦走过的航线侵略到菲律宾，烟草也随之在菲律宾种植。

这时，中国与菲律宾的贸易频繁，其实与菲律宾的贸易实际上是与西班牙人的交易。

不久，烟草随着贸易往来传人与之相近的台湾、福建。

1580年，烟草经葡萄牙人传人土耳其，随后辗转进入伊朗、印度、日本等国。

大概在16世纪末，一批葡萄牙商人因暴风在海上迷失方向，漂至日本岛西南端上登陆，由于被误认为是中国海盗而被日本人逮捕。

当时的葡萄牙商人与船夫带来烟叶，教日本九州居民吸食方法，随后吸烟之风盛行九州。

烟草逐渐发展成为一种全球性作物。

烟草约在16世纪末明朝万历年间从菲律宾、印度尼西亚、越南、朝鲜、俄国等国传入我国台湾，又到内地闽浙一带。

明朝初年，国势强盛，东南沿海地区手工业和商业繁荣，明政府允许与外人通商，我国与亚洲各国商业活动充分发展。

因此，烟草很大可能在这时大量传入我国，由此形成了中国烟草种植业和吸烟兴盛的风气。

到崇祯末年，吸烟之风已在中国盛行。

早期的烟草仅作为治病的药物流行于世。

明末名医张介宾在《景岳全书》中记载：“烟草自古未闻，近自我明万历时始出于闽、广之间，自后吴、楚间皆种植之矣。”

烟草传入我国的路线，一般认为有三条：第一条路线从吕宋直接传到我国福建的漳、泉二州。

第二条路线从南洋即南海以西的沿海各国或越南传入澳门、广东。

第三条路线从日本进入朝鲜人辽东。

现代历史学家吴晗经过仔细考证后认为：“最初传入烟草的是17世纪初年的福建水手，他们从吕宋带

## <<吸烟与健康>>

回烟草的种子，再从福建南传到江浙。

” 烟草的种植可以追溯到3 500年前的南美洲，考古学家证实，早在3500年前的南美洲就发现了种植烟草的种子，这也证明在那个时候人类就有了烟草种植的行为。

哥伦布船队的水手们将烟草种子带回西班牙，后又被带到葡萄牙，随后传遍欧洲。

16 12年，英国殖民官员约翰·罗尔夫在弗吉尼亚的詹姆斯镇大面积种植烟草，并开始做烟草贸易。

16世纪中叶烟草传入中国，最早传入我国的是晒晾烟。

烟草的种植在我国已有400多年的历史。

1900年在台湾试种烤烟，自19 10年后相继在山东、河南、安徽、辽宁等地试种烤烟成功，19 37年至1940年开始在四川、贵州和云南试种，发展成为我国主产优质烟区。

20世纪50年代引进香料烟，20世纪60年代引进白肋烟，分别在浙江新昌、湖北建始试种成功。

黄花烟由俄罗斯传入我国北部地区，在我国已有200年的种植历史。

今天，全球烟草制造业已发展成一个巨大产业，成为许多国家主要的税收来源之一。

P5-7

## <<吸烟与健康>>

### 编辑推荐

为了唤起民众对戒烟的重视，积极倡导控烟、戒烟，把我国的戒烟运动引向深入，把广大烟民特别是那些妇女和青少年吸烟者从烟海里解救出来，杨跃进、梁晓夏、刘丙寅主编的《吸烟与健康》搜集了有关控烟、戒烟的资料，汇编成册，供有关人员参考。

<<吸烟与健康>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>