

# 抵制烟草和电子烟 行业对社区的影响： 行动指南



## 目的

本指南可以帮助社区成员和组织抵制烟草和电子烟行业所施加的影响，为吸烟者连接治疗，并降低人们对二手烟的接触。



## 背景

吸烟会导致癌症、心脏病、中风、2 型糖尿病和其他疾病。二手烟会增加儿童哮喘发作和染上呼吸道疾病的风险，也会增加不吸烟的成年人患中风、心脏病和肺癌的风险。电子烟可能含有令人上瘾的尼古丁和有害化学物质，并导致严重的肺部损伤。

自 21 世纪初以来，纽约市 (New York City, NYC) 的成年人烟草使用量有所下降，但一些纽约市民仍在吸烟，且与他人相比更少接受治疗。社会身份（包括种族和民族、社会经济地位、性别和性取向）歧视使有些社区面对的鼓励吸烟因素（如烟草营销攻势、更容易找到烟草零售商以及压力等）更多，防治吸烟的因素（如药物和更健康的应对资源）更少。

烟草和电子烟公司不断推广和生产新产品，导致烟草法和禁烟计划的效力降低。新产品（例如电子烟，加热烟草产品，以及娱乐性尼古丁牙签、口香糖和烟袋）往往所吸引年轻人，并可能造成长期的健康影响。吸烟和吸电子烟所产生的垃圾，包括香烟、塑料、有毒烟草和电池，也对环境有害。

纽约市健康与心理卫生局（NYC 卫生局）承认，结构性种族主义和其他歧视行径在目前与吸烟和吸二手烟相关的不平等现象中，起到了作用。如需资源，以在您的社区实施公平和有意义的参与和活动，请访问 [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) 并搜索 “**race to justice**”（正义竞赛）。

# 您的组织可以做什么



## 为吸烟者提供支持

☑ **分享可提供的治疗方案。** 辅导加上烟草治疗药物, 包括尼古丁替代疗法 (例如口香糖、润喉糖和贴片), 可使戒烟的成功率翻倍。吸烟者可以:

- 向医疗保健提供者咨询烟草治疗药物及辅导服务事宜。包括 Medicaid 在内的大多数健康保险计划均承保协助纽约居民戒烟的药物选项。
- 访问 [nysmokefree.com](http://nysmokefree.com) 或拨打 866-697-8487 申请免费的尼古丁戒除药物入门套件, 并与戒烟教练交谈。
- 访问 [asiansmokersquitline.org](http://asiansmokersquitline.org), 或在首选语言为下列之一的情况下, 拨打下列 Asian Smokers' Quitline: 中文 (800-838-8917)、韩语 (800-556-5564) 或越南语 (800-778-8440)。
- 访问 [nyc.gov/health/map](http://nyc.gov/health/map), 查找当地的戒烟和戒除电子烟计划。
- 发短信 “DROPTHEVAPE” 到 88709 (如果年龄在 13 至 24 岁), 加入保密的免费短信计划, 获得戒掉并保持不再复吸电子烟的帮助。



尚未做好戒烟准备者依然可以获得治疗, 以帮助他们减少吸烟或不吸烟。如需详细信息, 请访问 [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) 并搜索 “nicotine withdrawal” (尼古丁戒断)。

- ✔ 针对吸烟和吸食电子烟的危害以及烟草及电子烟公司的营销攻势，分享纸质和电子版的相关信息。请参阅第 10 页的“订阅教育资料”、第 11 页的“NYC 卫生局资源”和第 12 页的“其他资源”。
- ✔ 庆祝戒烟宣传日和戒烟宣传月。请参阅第 8 页和第 9 页的“戒烟宣传日历”。



## 落实组织政策

- ✔ 通过各种工作场所健康计划和员工福利，向员工推广治疗方案。请参阅上一页的“为吸烟者提供支持”和第 10 页的“订阅教育数据”章节，了解您可以分享的资源。
- ✔ 遵守《无烟空气法案》。
  - 禁止在建筑物内吸烟和吸电子烟。
  - 张贴禁烟标志。
  - 向员工分发禁烟政策。如需详细信息，请访问 [nyc.gov/health/tobaccocontrol](http://nyc.gov/health/tobaccocontrol)。
- ✔ 在建筑物周围施行户外无烟空气条例，这将有助于限制二手烟接触，并减少清理吸烟垃圾的成本。拨打 311 申“Voluntary No Smoking”（自愿禁烟）标志，或自己制作。如需详细信息，请访问 [nycsmokefree.org](http://nycsmokefree.org)。



☑ 拒绝烟草和电子烟公司的捐赠、材料和服务。

在 [truthinitiative.org/stop-the-influence](https://truthinitiative.org/stop-the-influence) 上读取 Truth Initiative（真相倡议）的承诺。



## 制定社区干预措施

☑ 收集有关烟草和电子烟产品对社区影响的信息。

- 收集社区成员的故事，并与社区成员一起创建有声照片项目，了解他们的经历。如需详细信息，请访问 [ctb.ku.edu](https://ctb.ku.edu) 并搜索“photovoice”（有声照片）。
- 寻找社区内的烟草和电子烟零售商和有针对性的营销行为。

☑ 与社区和社区领袖分享您的发现和担忧，呼吁做出改变。

- 利用组织的社交媒体、简报或网站。
- 联络媒体成员。
- 写信给报纸或杂志编辑。
- 举行会议或活动。





## 协助维护社区安全

☑ **了解烟草零售法规。** 烟草零售法有助于确保只销售合法、受监管的产品，且不向年轻人销售烟草和电子烟产品。零售商必须：

- 拥有销售烟草和电子烟产品的相关许可证和注册证书。
- 仅销售无调味或有烟草、薄荷醇、薄荷或冬青味的烟草产品。
- 仅销售烟草味或无味的电子烟、电子烟液或液态尼古丁。
- 仅按规定价格销售烟草或电子烟产品。
- 仅销售规定包装尺寸的烟草产品。不得销售单根香烟（或“散装烟”）。
- **不得向 21 岁以下人士销售香烟和其他烟草产品和电子烟产品。**



如需详细信息，请访问 [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) 并搜索“**tobacco laws**”（烟草法）。

☑ **了解无烟空气法案。** 无烟空气法案有助于保护不吸烟或不吸电子烟的人士免受二手烟和气溶胶的影响。以下场所不允许吸烟和吸电子烟：

- 大多数的工作场所和公共场所
- 带有三套或三套以上单元的住宅楼室内公共区域

带有三套或三套以上单元的住宅楼业主必须制定控烟政策，并分享给目前和将来的租户。该政策必须描述物业中允许和不允许吸烟的地方，包括所有室外和室内地点（如公寓）。如需详细信息，请访问 [nyc.gov/health/tobaccocontrol](https://nyc.gov/health/tobaccocontrol)。

☑ **举者报违法行为**。大多数零售商和吸烟者或吸电子烟者都会遵纪守法。但是，如果您认为有人违反了烟草法，可以：

- 记录潜在的违法行为。记下日期、时间、地点、潜在的违法行为以及违法行为所造成的任何伤害。安全或可能的情况下，拍下产品或标牌（不拍人）的照片。
- 拨打 **311** 举报违法行为。311 将跟踪您的投诉，并将信息发送给正确的机构。如需在线举报，请访问 [nyc.gov/311/report-problems](https://nyc.gov/311/report-problems) 并搜索“**smoking complaint**”（投诉吸烟）、“**sale to minor complaint**”（投诉向未成年人销售）（针对向 21 岁以下人士违法销售产品）或“**tobacco product sale complaint**”（烟草产品销售投诉）（针对调味烟草产品的销售）。
- 向纽约市财政局举报销售或运输未缴税香烟的情况。拨打号码为 718-707-2100 的 Tax Evasion and Property Tax Fraud Hotline（逃税和财产税欺诈热线），或访问 [nyc.gov/finance](https://nyc.gov/finance) 并搜索“**tax evasion**”（逃税）。
- 与大楼业主和管理者以及社区成员讨论二手烟问题。要求大楼业主和管理者填补墙壁、地板和公寓之间水管周围的裂缝，并检查通风系统。如果邻居公寓里飘出二手烟，鼓励



社区成员以友好、非评判性的方式找邻居谈话或写信。向社区成员解释二手烟如何影响他们及其家人的健康，并询问您是否可以帮助他们联系邻居。

投诉的结果可能导致采取不同措施，包括发警告信、检查、罚款或采取其他处罚措施。



## 戒烟宣传日历

您可以改编以下内容，在网站、社交媒体或新闻简报上发布：

### 戒烟的原因很多：

- ✓ 降低您罹患癌症、心脏病和中风的风险。
- ✓ 保护您的亲人免受二手烟伤害。
- ✓ 省钱。

立即申请免费的尼古丁戒除药物入门套件，并与戒烟教练交谈。拨打 866-697-8487 或访问 [nysmokefree.com](http://nysmokefree.com)。

肺癌是纽约市癌症死亡的头号杀手。您知道戒烟可以降低自己罹患肺癌的风险吗？向您的医疗保健提供者查询自己是否有资格获得年度肺癌筛查。这可能会挽救您的生命。请访问 [on.nyc.gov/2BmCwSp](http://on.nyc.gov/2BmCwSp) 以了解详细信息。

尼古丁替代疗法可以帮助您在想避免吸烟时保持不吸烟，例如在工作场所或在家人身边时。如需针对帮助控制尼古丁瘾发的治疗药物获取详细信息，请访问 [on.nyc.gov/tobacco-treatment-guide](http://on.nyc.gov/tobacco-treatment-guide)。

吸电子烟会导致肺部损伤，还可能以其他方式影响肺部健康。每吸一次电子烟，都会吸入有害的化学物质和令人上瘾的尼古丁。青少年和年轻人（13 至 24 岁）可以发短信“DROPTHEVAPE”到 88709，以获得保密的免费戒烟帮助。

设计与下列节假日及宣传日、宣传月同步展开宣传活动, 或对您有所帮助:



**元旦**  
(1月1日)



**世界肺癌日**  
(8月1日)



**美国心脏月**  
(2月)



**老年健康月**  
(9月)



**全国禁烟行动日**  
(4月1日)



**肺部健康日**  
(10月第四个星期三)



**世界哮喘日**  
(5月3日)



**肺健康月**  
(10月)



**零薄荷醇星期日**  
(5月第三个星期日)



**美国禁烟日**  
(11月第三个星期四)



**世界无烟日**  
(5月31日)



**肺癌宣传月**  
(11月)



**男性健康月**  
(6月)

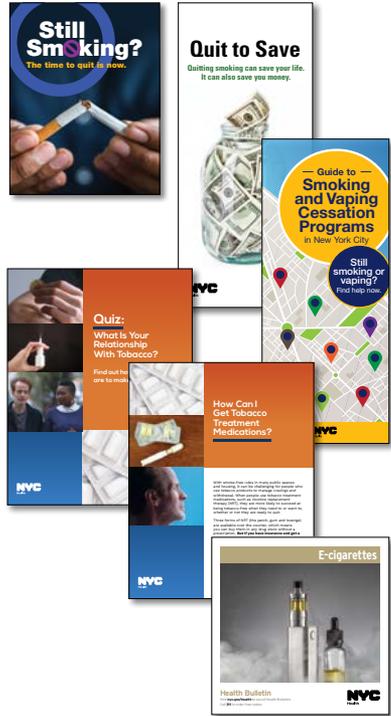
## 订阅教育资料

拨打 **311** 订阅以下资料。大多数教育资料都有多语言版本。如需这些教育资料的 PDF 文档，请访问 [nyc.gov/nycquits](http://nyc.gov/nycquits) 或相关网页。



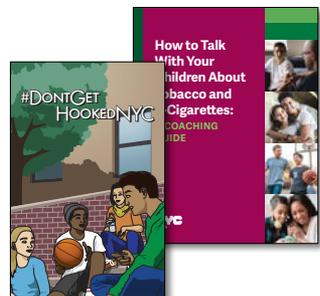
### 成人教育资料

- 《还在吸烟吗?》宣传册
- 《戒烟救命》手册
- “您与烟草的关系如何?” 测验
- 《如何使用戒烟治疗药物》袖珍指南
- 《如何获得烟草治疗药物?》保险指南
- 《纽约市戒烟计划指南》手册
- 无烟住房健康公告
- 电子烟健康公告
- 《还在吸烟吗?》摘要



### 为青少年和家长提供的材料

- #DontGetHookedNYC 漫画书
- 《青少年和吸电子烟：有何风险?》事实说明书
- 如何与您的孩子讨论烟草和电子烟：教练指南



## 纽约市卫生局资源

请访问 [nyc.gov/nycquits](https://nyc.gov/nycquits)，获取有关吸烟的综合信息，以及有关应对尼古丁戒断、电子烟、水烟、无烟住房、无烟空气法案以及烟草和电子烟零售商等主题的网页链接。

如需烟草和电子烟产品使用情况的数据，请访问 [nyc.gov/health/epiquery](https://nyc.gov/health/epiquery)，点击“Healthy Living”（健康生活），并从下拉菜单中选择“Smoking”（吸烟）。如果您对任何数据存有疑问，请发送电子邮件至 [tobacco@health.nyc.gov](mailto:tobacco@health.nyc.gov)。

在社交媒体上与我们联系：

 Facebook: **NYC Quits Smoking**

 Twitter: **@nychealthy**

 YouTube: **nychealth**

 Instagram: **@nychealthy**

 Tumblr: **nychealth**



## 其他资源

**African American Tobacco Control Leadership Council (非裔美国人烟草控制领导委员会)**：请访问 [savingblacklives.org](http://savingblacklives.org)。

**American Cancer Society (美国癌症协会)**：请访问 [cancer.org](http://cancer.org) 并搜索“tobacco and cancer”（烟草和癌症）。

**American Heart Association (美国心脏协会)**：请访问 [heart.org](http://heart.org) 并搜索“tobacco”（烟草）。

**American Lung Association (美国肺脏协会)**：请访问 [lung.org](http://lung.org)。

**Asian Americans for Equality (亚洲人平等会)**：请访问 [aafe.org](http://aafe.org)。

**Campaign for Tobacco-Free Kids (无烟儿童运动)**：请访问 [tobaccofreekids.org](http://tobaccofreekids.org)。

**Center for Black Health and Equity (黑人健康与公平中心)**：请访问 [centerforblackhealth.org](http://centerforblackhealth.org)。

**美国疾病管制与预防中心**：请访问 [cdc.gov/tobacco](http://cdc.gov/tobacco) 或 [cdc.gov/ecigarettes](http://cdc.gov/ecigarettes)。

**National Hispanic Medical Association (全国西班牙裔医学会)**：请访问 [nhmamd.org](http://nhmamd.org)。

**National LGBT Cancer Network (全国 LGBT 癌症网络)**：请访问 [cancer-network.org/outlast-tobacco](http://cancer-network.org/outlast-tobacco)。

**NYC Smoke-Free (纽约市无烟计划)**：请访问 [nycsmokefree.org](http://nycsmokefree.org)。

**Parents Against Vaping E-cigarettes (家长反对吸电子烟组织)**：请访问 [parentsagainstvaping.org](http://parentsagainstvaping.org)。

**Public Health Law Center (公共卫生法律中心)**：请访问 [publichealthlawcenter.org](http://publichealthlawcenter.org) 并搜索“tobacco control”（烟草管制）。

**Smokefree (无烟计划)**：请访问 [smokefree.gov](http://smokefree.gov)。

**Truth Campaign (揭发真相运动)**：请访问 [thetruth.com](http://thetruth.com)。如需有关环境影响的信息，请访问 [thetruth.com](http://thetruth.com) 并搜索“tobacco and the environment”（烟草和环境）。



