

2024年世界无烟日：

## 保护青少年免受烟草危害

2024年5月31日是第37个世界无烟日，今年的主题是“保护青少年免受烟草危害”。

吸烟会严重损害青少年呼吸系统和心血管系统，并且会加速其成年后慢性病的发生。烟草中的尼古丁可以使人成瘾，一旦成瘾很难戒断，而且暴露于尼古丁还可能影响青少年的大脑发育。研究证明，开始吸烟年龄越小、吸烟量越大、吸烟年限越长，烟草对身体造成的危害越严重。

同时，二手烟暴露也会严重危害身体健康。接触二手烟没有“安全水平”，即使是短暂接触也会造成伤害。有充分证据说明，二手烟暴露可以导致儿童发生支气管哮喘、肺功能下降、中耳炎等疾病。

作为社会的未来和希望，青少年的健康成长至关重要。希望通过开展青少年控烟活动，引导青少年树立健康的生活理念，保护青少年远离传统烟草产品和电子烟，呼吁全社会共同为他们营造一个无烟、健康、和谐的生活环境。



## 关注普遍的眼健康

