

戒烟悬赏： 1 万美元

4月13日。杭州市疾控中心。

一早就有人陆续找到这里报名。有妻子押着老公过来报名的，还有妻子来替老公报名，也有妈妈替儿子报名。还有一位70多岁的老太太打电话过来咨询，并打算报名。

报什么名？

戒烟！

今年，杭州再次参加国际戒烟竞赛。这个大赛从1994年开始，每两年举办一次，全球有近百个国家和地区参与。

只要年满18周岁，吸烟达1年及以上，有决心戒烟的人都可以参加，报名时间截至5月1日。大赛设有5级奖项，最高为1万美元。上届戒烟大赛，南京一烟民获得亚太地区奖，拿到2500美元。

今年的选手，从5月2日起就必须和香烟说分手，并且连续戒烟4周。疾控中心会对参赛选手进行编号，竞赛结束后，将以抽奖的方式抽出获奖者。

虽然1万美金的最高奖很诱人，但是很多报名者表示，他们的主要目的是戒烟。很多人都说，“就一个国际超级大奖，这么多人参加，基本上是不会轮到我头上的。不过，只要戒烟成功就有机会获得这笔奖金，也是个戒烟动力。”

虽然大多数人参加比赛纯粹是为了戒烟，但也不排除有人就是为奖金而去，不抽烟的假装会抽烟，会抽烟的假装要戒烟，并请人作假证。

疾控中心的专家说了，弄虚作假是行不通的，除了要有两名证人（其中还有一位必须是非亲属关系）外，竞赛结束后，获奖候选人将接受生化检查，判定是否真的戒烟，不合格的当即失去中奖资格。到时候参赛者的身体会如实说明一切，弄虚作假的会统统被“驱逐”出去。

也有一些报名者表示想在戒烟期间使用替代烟。疾控中心专家说，如果不含烟叶成分，那是可以的。但只要含有烟叶成分（烟里不单单含有尼古丁）就不行。像现在市场上不含焦油、一氧化碳的电子烟“如烟”，虽然是能帮助戒烟的替代品，但因含有微量尼古丁，参赛者就不能使用。

现在报名还在继续，有意角逐1万美金大奖的，还可以登陆网站<http://health.hzcdc.net/jieyan/>报名。



● 选手档案

赛前猛抽烟

目前杭州地区的报名者中，王新（化名）很引人关注。33岁，16年烟龄，每天烟量30支。强吧？更强的是，至今他妈都不知道儿子是老“烟枪”。

王新说他真的很想把烟戒了。一个重要原因是，妈妈不喜欢他抽烟，不过他妈妈还不知道他会抽烟，一直认为他是乖孩子。

为了保住母亲心中的乖儿子形象，他要求记者千万别露他真名。

从18岁到现在，他从来没有在妈妈面前抽过烟。平时都在外面住，妈妈也就知道了。双休日或者节假日回家时，就拼命忍着不抽，实在忍不住了就出去转一圈，抽几口解解馋，然后嚼片口香糖再回家。能够抽烟16年不让妈妈知道，王新也算有本事了，不过他觉得这样实在太辛苦了，不如戒了，“做个真正的乖孩子”。

王新戒过两次，但都没有成功，两次都只坚持了两天，就又开始了抽，而且抽得比没戒烟前还凶。

和王新聊天的时候，他不停地抽烟，短短半个小时内就抽了半包烟。记者纳闷了，不是决心要戒烟了吗？还抽那么多。王新说，以后可能就不能抽或者不抽了，趁现在多抽一点，戒烟大赛是从5月2日开始的，到那个时候再开始戒。

听到这个回答，还真让人哭笑不得，估计他前面两次越戒抽得越多就是这么来

的。不过市疾控中心的专家说，报名以后就应该开始戒了，到了比赛那天才开始停止（抽烟）会很难受的。

连牙签都抽过

林易（化名）也参加了这次的戒烟大赛，两年前的戒烟大赛他也参加了，可以说是老将了。上次的比赛他没有得奖，但是效果蛮好的，戒了很长一段时间，有半年没有抽烟，重新开始抽后，也比没戒之前少多了。

林易说，当时戒烟可真难受，因为抽烟已经15年了，家里的烟灰缸都有五、六个，一下子要戒掉是很困难的。上次戒烟时，老婆把家里藏着的烟都拿去送给别人了，还把他身上的钱都“缴”光，就留一张公交卡给他坐车。因为早饭、晚饭都回家吃，中饭单位解决，所以也不需要留饭钱了。

“有时候烟瘾犯了，想买烟，但是摸摸口袋里没有钱，也就算了，不买了。特别难受的时候想向同事借，但是老婆和他们都打过招呼了，叫他们不要借给我，省得我去买烟。在家待着的时候，我也是坐立难安，很不舒服，老婆见我这么难受，就想了个办法，拿牙签给我咬，她说烟也就这么一根，只不过这个小了点而已。还真的管用呢，我后来有段时间上班都带着牙签，想抽烟的时候就咬根牙签。既可以解烟瘾又可以洁牙，真的是一举两得。”

“后来重新开始抽是因为出差去外地，那时候我戒了已经有将近半年的时间

了，当地的客户特别热情，推脱不掉就抽了一根，没想到又这么抽回去了。那个客户被我老婆在背地里不知道骂了多少次了。”

女友编外陪同戒烟

在杭州市疾控中心的门口，记者见到了也要参加戒烟大赛的张力（化名）。张力今年22岁，但已经有6年的抽烟史，而且现在一天要抽一包烟。不过完全看不出他会抽烟，牙齿白白净净的，手指也是修长而干净，笑起来还带点腼腆。

16岁时，他从爸爸口袋里偷出第一支烟。就这么偷着抽，大概有一年的时间，终于被妈妈发现了。妈妈很生气，小小年纪居然偷着抽烟。爸爸也知道为什么自己的烟这么贵了，不过爸爸没说什么，因为他自己也抽，没资格教训儿子。张力说，那个时候可能是叛逆期，因为妈妈很反对，而他是越反对越要抽，本来也没多大烟瘾的，但就这么上瘾了。

张力的女朋友是学画画的，也会抽烟，抽得也很凶，一天要抽掉一包（女士烟）。张力来之前给女朋友打了个电话，告诉她要参加戒烟大赛。女朋友挺支持，要和他一块戒。本来他也想叫女朋友一起参加比赛，拿奖的机会也多一点，不过女朋友不同意，说自己戒就可以了，比赛就不参加了，张力拿了大奖，带她出去玩就可以了。

● 回访

上届杭州冠军： 戒了烟瘾，染上字瘾

周文华是上一届戒烟大赛杭州赛区一等奖的获得者，拿到500元人民币奖金。他从事舞台美术工作，有53年吸烟史，每天一包烟也持续了50多年，以前一直没戒过烟，认为自己是“铁杆烟枪”，再也戒不掉了。上次杭州发起戒烟活动，他动心了，就去报名了，并且对家内外都公布，自己要戒烟了！老伴、女儿、朋友都成了他的监督者和证明人，经过28天的努力，他成功了。

拨通他电话时，他正在家里。他告诉记者，上次戒烟大赛之后，他就真的戒烟了，有万不得已的应酬时才会偶尔吸一根。

因为以前抽烟抽很多，周文华家里的烟灰缸都备了七八个。那次领奖前，他特地清洗了相伴数十年的烟缸，为了彻底戒烟，还把家中的许多好烟（中华、利群和双喜烟）都送了人。

周老师在上次戒烟大赛时一直在练书法，后来就把这个习惯保留了下来。到现在已经写了快两年了，现在每天都要写两三个小时的字，写一些激昂、向上的诗词，三十六计之类的，不写就不舒服，像缺了什么似的。周老师说，“戒了烟瘾，写字又上了瘾，不过这个瘾他不想戒了。”

问周文华戒烟经验，他说其实没有想像的那么困难，只要自己有决心就可以戒掉。一开始戒烟他也觉得不舒服，毕竟都50多年的习惯了，要一下子停下来还是不容易的。当时，他想抽烟的时候就听听音乐，练练书法，就是把注意力转移到别的事情上去，不让自己去想抽烟。广大想戒烟的朋友也可以试试这种注意力转移法。



3月7日，一位妇女正从杭州一幅戒烟产品广告张贴画前走过。新华社

撰文

见习记者 褚睿雅

通讯员 施水泉

摄影

通讯员 胡梅铭