

世界无烟日

“如烟”掀起控烟浪潮



2006年,世界卫生组织的《烟草控制框架公约》在我国正式生效,在离以“烟草吞噬生命”为主题的第19个世界无烟日前两天,卫生部发布了2006年的《中国“吸烟与健康”报告》,报告中显示:我国是世界上最大的烟草生产国和消费国,烟草产量占世界总量的三分之一;目前有吸烟者3.5亿,占全球吸烟总人数的三分之一;人群吸烟率上升;青少年吸烟问题严重,烟民呈年轻化趋势;公众对吸烟危害的基本知识缺乏了解;被动吸烟率高;戒烟成功的比例非常低,烟草使用对我国居民的健康产生了严重的影响,目前每年约有100万人死于与吸烟相关的疾病。提高烟民对香烟危害的认识和研发有科技含量的戒烟产品已经刻不容缓。

从去年12月起,杭城很多人陆陆续续发现了一个似烟非烟、名为“如烟”的戒烟控烟产品进入大家的视线,而且逐渐引起很多杭城百姓的好奇与关注,同时也受到了一些置疑——如烟内含有的烟碱(即尼古丁)到底是否有害?如烟是否能够有效帮助戒烟或者替烟?如烟所说的烟碱(即尼古丁)替代戒烟法是否足够安全可靠?本刊带着上述疑问对如烟及相关控烟方法进行了深度解读。

●似烟非烟的如烟

按照产品说明中所述,“如烟”是一种无焦油、无明火、无二手烟的非燃烧型高科技环保型控烟产品,由气流传感器、集成控制电路、执行电路、大功率集成电路、高频超声发生器、雾化腔室、充电电池等微电子原件构成,是现代微电子技术、生物技术结合,采用集成电路微型化、微电子控制技术、高频振荡及超临界雾化技术等一系列技术,在吸气时自动进入工作状态,烟碱液被雾化,产生模拟烟雾,模拟整个吸烟过程,吸气结束时雾化停止,进入待机状态,同时通过高科技矽晶芯片控制每次雾化烟雾的输出量。

如烟分为烟杆和烟弹两部分,烟杆实际上就是一个电子雾化器,如烟烟弹因所含烟碱含量的不同分为高、中、低、无四种规格,让使用者在使用如烟的过程中逐渐使用由高到无的烟弹逐渐实现戒烟。如烟的基本原理是尼古丁替代法,本质上是一种戒烟疗法。其药理机理已经为世界卫生组织所证实,那么接下来我们来了解什么是尼古丁替代法?尼古丁替代法是否足够安全。

●有效的戒烟方法——

尼古丁替代法

尼古丁(Nicotine)又称烟碱,是一种难闻、味苦、无色透明的油质液体,挥发性强,在空气中极易氧化成暗灰色,能迅速溶于水及酒精中,通过口腔支气管黏膜很容易被机体吸收。

尼古丁替代疗法(Nicotine Replacement Therapy,简称NRT)是最有效的戒烟法之一。这种方法是让戒烟人使用一种香烟替代品,它能同香烟一样为使用者提供尼古丁,但在使用过程中却不会产生有害的气体及焦油。经过一段时间后,戒烟人将习惯于这种从香烟替代品中获取尼古丁的方式而将吸烟的习惯克服掉。接下来再分阶段逐渐减少香烟替代品的使用量,使戒烟人对尼古丁的依赖程度逐渐降低,直至彻底摆脱对尼古丁的依赖。

尼古丁替代法的研制开发可追溯到20世纪70年代,1978年瑞典法玛西亚普强公司开发出第一个尼古丁替代法产品——力克雷口胶剂,大量临床报告证明其有效控制尼古丁“戒烟症状”,

提高戒烟成功率可达33%(停止吸烟一年以上)。

在将近30年研究和试验中,尼古丁替代法不断完善和进步,并得到更多的认可和保护。1995年9月28日,美国FDA非处方药物委员会(Nonprescription Drugs Committee)及药物滥用监察委员会(Drug Abuse Advisory Committee)联合召开会议,双方一致认为尼古丁制剂处方药“在按说明书使用时是安全有效的”。并一致认为不用担心该产品会有导致药物滥用和致依赖的危险。

1995年由天津维尔高科技有限公司研制成功中国第一个尼古丁替代法产品“维尔戒烟贴”。

1996年世界卫生组织(WHO)向世界各国推荐采用“尼古丁替代法”进行戒烟,并建议纳入国家健康保险规划中去。

1996年美国卫生部发行的《戒烟手册》中明确规定:“尼古丁替代法”是戒烟的首选方法。

1998年美国食品与药物管理局(FDA)正式批准尼古丁替代法吸入剂作为非处方药上市。

2003年,北京塞波特如烟科技发展有限公司研制成功尼古丁替代法吸入剂“如烟”。

目前,国际/国内上尼古丁替代法药物剂型有尼古丁贴片(Nicotine Patch)、尼古丁口胶剂(Nicotine Gum)、尼古丁喷雾剂(Nasal Nicotine Spray)、尼古丁吸入剂(Nicotine Inhaler)和尼古丁舌下含片(Nicotine Sublingual Tablet)、戒烟口香糖等等。

●解码尼古丁

面对如烟势如破竹的宣传势头,一种“未知危害论”开始蔓延。即所谓吸烟存在已知的危害,而如烟也含有高危化学药品——尼古丁,吸食如烟不一定安全。

尼古丁是一种有害化学品不容置疑,但是微量尼古丁在医学上的应用已被广泛认可。1995年美国药监局就公开承认,“尼古丁制剂处方药在按说明书使用时是安全有效的”。在这种背景下,1996年世界卫生组织正式向世界推广尼古丁替代疗法。在世界卫生组织1999年8

月出版的“烟草控制经济学”中,就明确表明了“如果能更广泛地提供尼古丁替换治疗,就可有助于大量减少(烟草)需求”。2005年12月29日,英国吸烟与健康协会公开给英国医生一个指引。在这个指引中,英国吸烟与健康协会明确表示:控烟是政府的主要目标,而尼古丁替代疗法(NRT)是一种价廉效优的拯救生命的疗法,为此该协会对医疗保健专业人士发出重要指引:

- 1.患有心血管疾病的患者可以使用任何形式的NRT制剂;
- 2.12-17岁的吸烟者可以使用任何形式的NRT制剂;
- 3.吸烟的孕妇可以使用NRT制剂;
- 4.多于一种的NRT制剂可以同时使用;
- 5.若吸烟者在最初的8-12周疗程后仍有需要,可以开处方使用NRT制剂长达9个月;
- 6.NRT制剂可以在仍吸烟时同时使用,籍以减少吸烟的数量,亦是开始戒烟的前奏。

尼古丁替代疗法之所以受到西方主要发达国家 and 世界卫生组织的推崇,主要是基于这样两个事实:首先是香烟成瘾也就是俗称的烟瘾主要原因是尼古丁,其次香烟的危害主要是因为烟叶燃烧产生的焦油和一氧化碳。1643年,中国就有“烟草久服则肺焦,诸药多不效,其症为吐黄水而歿”的记载。而令肺焦的主要物质就是焦油。世界卫生组织在“烟草制品管制科学咨询委员会关于烟草和非烟草制品中尼古丁及其管制的立场声明”中,也详尽的引述了“尼古丁是引起烟草使用的主要药理因素”,《疾病和有关健康问题的国际统计分类》指出,绝大多数吸烟相关疾病是由香烟有害气体和颗粒等污染物引起的,并且一小部分以上的烟草相关疾病被认为不是由接触尼古丁本身引起的。

尼古丁替代疗法的具体产品如尼古丁贴、尼古丁口含片、微量药片、鼻腔喷雾剂等等,能够被美国以及中国接受为非处方药,也没有理由怀疑如烟雾化电子烟存在所谓的“未知危害”。

当然,是药尚且三分毒,尼古丁替代戒烟法目的在于帮助吸烟者避免焦油等香烟内其它有害物质的危害,逐步减弱对尼古丁的依赖,合理地使用尼古丁反而能收到意想不到的效果。

●雾化电子烟已被认可

今年3月6日,远赴欧洲的如烟在奥地利格拉茨卡尔-弗兰岑斯大学制药、药理学与毒理学研究所通过检验,检验的结论是:“可以认为雾化电子烟从毒理学角度看不存在任何问题。从医学角度看,应该大力推荐雾化电子烟作为戒烟产品”。

与此相对的是,中国吸烟与健康协会早在2004年5月就认定如烟雾化电子烟“属于控烟产品,是具有戒烟功能的控烟用品”。

但是如烟的厂家赛波特并没有就此推卸自己的社会责任。其产品早已按照相关规定通过了辽宁省药检所等权威机构的检测,与此同时,如烟公司还通过了北京市产品质量监督检验所、北京谱尼理化分析测试中心,甚至中国人民解放军军事医学科学院相关机构所进行的多达14项的检测,2004年,赛波特就委托中国疾病预防控制中心、沈阳市产品质量监督检查所、北京市产品质量监督检验所等单位对产品进行了各种检验,参照国家相关已有标准申请了企业标准并在北京市海淀区质量技术监督局备案。

●如烟是否能够有效帮助戒烟或者替烟?

中国循证医学杂志2005年第5卷第7期《尼古丁替代疗法的戒烟治疗》一文中明确指出所有不同类型的NRT商品(口嚼锭、皮肤贴片、鼻喷雾剂、吸入剂、舌下含片或戒烟糖等)作为促进戒烟成功的策略是有效的。不论在何种临床机构中实施,它们都提高了大约1.5到2倍的戒烟率。NRT的疗效很大程度上与向戒烟者提供的额外支持的强度无关。尽管提供给戒烟者的支持强度越强有助于提高其戒烟成功的可能性,但这并非NRT成功的关键。”尼古丁替代疗法已经被大量数据证明是能够有效

帮助戒烟的方法之一,那么如烟是否也一样有效帮助戒烟或者戒烟呢?

——2006年1月19日,“如烟”成为《今日早报》2006春节值得推荐的品牌之一。

——2006年3月7日,杭州市慈善总会健康分会、杭州市妇联、如烟专卖店联合推广以“关爱女性、关爱健康、远离二手烟”为主题的构建杭城无烟家庭活动。

——2005年5月25日,浙江某权威日报《生活周刊》版面报道了一名38岁职业为大学教授的如烟体验者的感受戒烟心得:“换吸”如烟“抽着抽着就不想抽了,一个咖啡色的电子烟,“吸—吞—吐”与吸烟的动作完全相同,雪茄口味感觉还挺像香烟的,让我不仅满足了生理依赖,更满足了心理依赖,避免了因突然戒烟引起的内分泌失调和戒烟综合症,实现人性化戒烟。使用了2个月以后,虽然目前我还没有戒烟成功,但我发现自己在环境不允许的情况下已经可以不抽烟了,而且在家、开会的时候都可以克制自己对香烟的瘾头”。

——5月31日,杭城某媒体《视点新闻》对20位“如烟”体验者使用“如烟”一周以后进行了随访。在杭州打工的江苏人老潘,对每天抽烟的情况做了一个记录:24日,4支;25日,2支;26日,1支……30日,1支。老潘告诉记者,“如烟”的口味虽然比香烟淡一些,但是抽着抽着就觉得口感很不错,“现在抽其他香烟都没味道了。”“以前我抽四五块一包的烟,一个月也要花近300元,现在香烟抽得少了,还能省出一笔钱。我的老乡看到也很羡慕,还借去试用了一天,感觉也是不错。成果最喜人的则是从事科研开发的老吴,他已经彻底告别与他“厮守”了20余年的香烟时。老吴的同事李先生,得知记者采访戒烟成果时,站出来作证说,老吴前几天一直在抽“如烟”,可昨天已经看到他连“如烟”都不抽了。

体验者纷纷表示吸烟量都已经骤减,有抽了“如烟”以后早晨感觉痰少了,喉咙也清爽多了。虽然“如烟”对减少吸烟量或者用来替代香烟还是非常有效,但大部分读者都认为,戒烟主要是看自己是否有戒烟的意识,如果没有戒烟的意识,要真正戒烟还真的有点难。

作为香烟的替代品,吸“如烟”与吸烟的感觉虽然一样,但“如烟”不含焦油、一氧化碳、二氧化氮等多种对人体有害的毒性物质。而且“如烟”的烟雾不会对环境造成污染,更不会对吸烟者和被动吸烟者造成危害,因此吸烟者可免于被家人“讨伐”。换吸“如烟”一段时间后,吸烟者将不再想抽烟,没有强制戒烟的痛苦。

编后语

2006年,在杭城承诺7天无理由退货的“如烟”在杭城掀起了减少吸烟的健康控烟浪潮,作为受卫生部肯定的一个“不含焦油的、以尼古丁为主要成分,制成由高到低浓度的烟草替代品,帮助烟民戒烟”的产品,能否得到杭城百姓的认可,在全社会提倡控烟的大环境下能否走远,最后将由广大消费者去体验和认证。

如烟专卖店地址:杭州市文二西路310号
热线电话: 0571——87708525

