

# 港大研究香港長者吸煙 與死亡關係



林大慶教授, 徐琳博士研究生  
香港大學李嘉誠醫學院公共衛生學院

2011年5月16日

## 吸煙殺人



吸煙足以致命

兩個死一個

**1/2** 煙民因吸煙死亡

-1/4 死於中年 (35-64歲)

-1/4 死於老年 (65歲+)

-平均損失壽命十五年

## 吸煙每年引致本港約**5700**人死亡

癌症	54%
呼吸系統疾病	30%
循環系統疾病	12%
其他疾病	4%



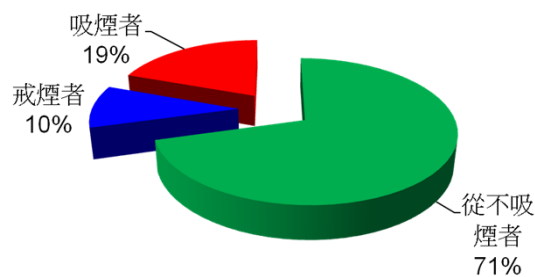
## 香港大學公共衛生學院進行一項全港最 大型的追蹤研究

1. 研究目的：研究長者吸煙與死亡率的關係
2. 研究年期：從1998-2001年開始追蹤至2010年10月，長達10年。
3. 研究方法：採用衛生署全港18個長者健康中心資料進行分析。



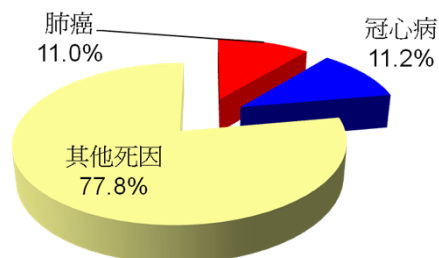
#### 4. 研究對象

- 包括64,654名年齡65-84歲，於1998-2001年間第一次參加長者健康中心的長者，其中女性42,585名，男性22,069名，進行長期追蹤隨訪。



#### 研究的基本資料

- 截至2010年10月31日，平均追蹤9.7年，期間共有14,438名長者（22.3%）死亡。
- 死亡與死因均由死亡登記處獲得。



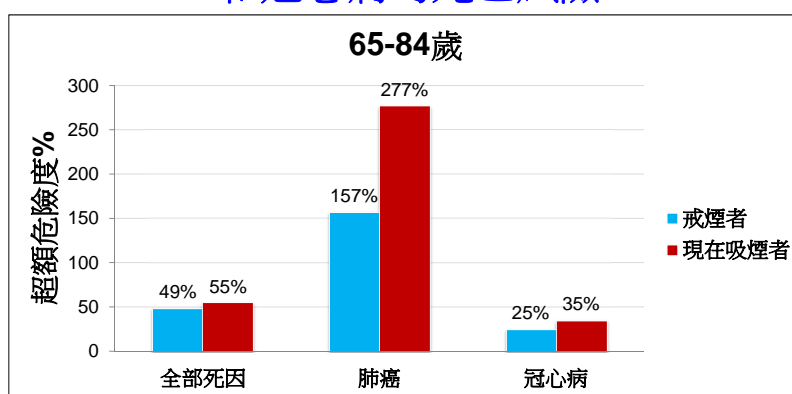
## 不同吸煙狀態長者的死亡率比較

年齡,歲	65-69	70-74	75-79	80-84	合計 (65-84)
從不吸煙者	9.0	16.8	30.3	52.3	17.9
戒煙者	15.5	25.4	43.5	69.8	26.7
吸煙者	16.4	25.9	44.4	73.8	27.8

單位: 每1000 人.年

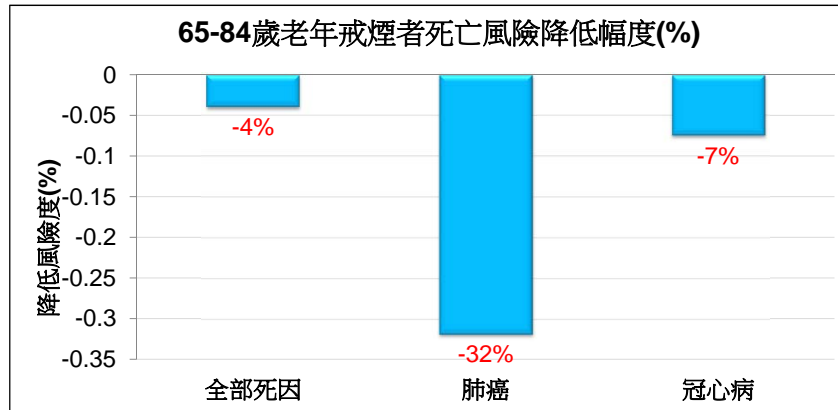
相對於從不吸煙長者（每年每**1000**人有**17.9**人死亡），吸煙長者的死亡率較高（每年每**1000**人有**27.8**人死亡）。

## 吸煙增加長者全部死因、肺癌和冠心病的死亡風險



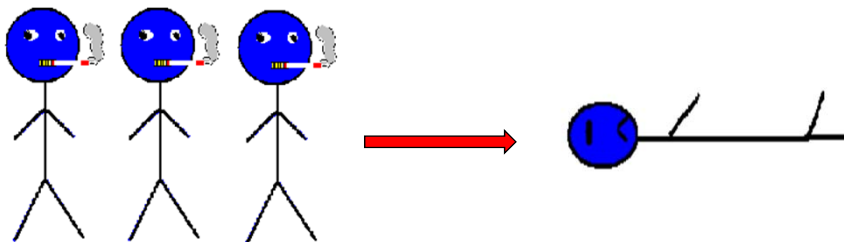
相對於從不吸煙長者，吸煙長者死於全部死因、肺癌和冠心病的風險分別增加**55%**、**277%**和**35%**

## 戒煙可降低全部死因、肺癌和冠心病的死亡風險



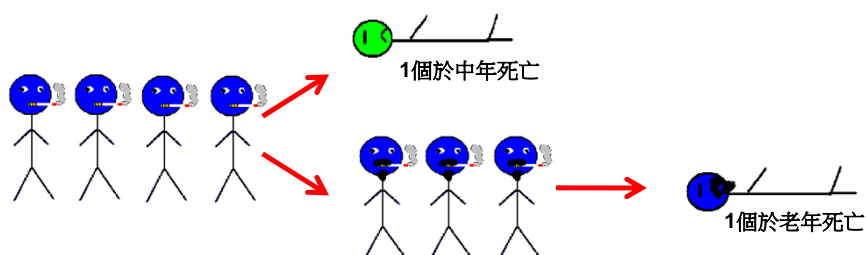
相對現在吸煙長者，戒煙長者死於全部死因、肺癌和冠心病的風險分別減少**4%**、**32%**和**7%**。

## 吸煙對長者死亡率的影響



在**65-84**歲長者中，每**3**個煙民，就有**1**個死於吸煙！

## 吸煙引致死亡



- 2個煙民(由青少年開始吸煙)，1個死於吸煙。
- 4個煙民，其中1個於中年死於吸煙，另1個於老年死於吸煙\* (即3個長者煙民，1個死於吸煙)。
- 4個死2個 (1中年+1老年) = 2個死1個

\*source: Richard Peto

全港首個最大型，為期長達**10**年的追蹤研究分析香港長者吸煙風險的實際情況，得出以下結論：

1. 本港每**3**個長者煙民，便有**1**個死於吸煙所引致疾病。
2. 相對從不吸煙長者，吸煙長者死於全部死因、肺癌和冠心病的風險分別增加**55%**、**277%**和**35%**。

3. 相對現在吸煙長者，戒煙長者死於全部死因、肺癌和冠心病的風險分別減少**4%**、**32%**和**7%**。
4. 根據過往研究顯示，戒煙可減少死亡風險。  
◦ 戒煙越早、時間越長，成效越高。  
– 由於本研究缺少戒煙年限資料,未能對戒煙年限與死亡率進行分析。

## 研究意義及建議

- 戒煙可明顯、大幅度降低死於肺癌的風險（**32%**）。
- 據觀察，本研究中戒煙者全部死因的死亡風險降低幅度較小，原因很可能是：
  - 太遲戒煙
  - 患重病、大病後才戒煙
- 長者需要**立即戒煙**，才可以降低患病風險，提高生存率。
- **增加煙草稅**，可促使長者積極戒煙，促進健康，延長壽命。

## 戒煙的好處多 (美國衛生與人類服務部)

- 戒煙一年，患冠心病的風險減少一半，戒煙15年，風險接近從不吸煙者。
- 戒煙10年後，患肺癌的風險減少30-50%。
- 50歲之前戒煙，其後15年的死亡風險相當於繼續吸煙者的一半。
- 患其他癌症與疾病的風險明顯降低。

資料來源：美國衛生與人類服務部 (US DHHS 1990)

## 戒煙-即時好處

- 20分鐘 血壓和血液循環改善
- 8小時 血氧正常
- 24小時 一氧化碳清除
- 48小時 尼古丁清除
- 72小時 呼吸改善；體能增加



## 其他好處

- 味覺嗅覺改善
- 口氣減少
- 形象提升
- 成功感覺、重獲自由
- 孩子好榜樣
- 人際關係改善：家庭、工作
- 節省大量金錢

## 世界衛生組織

“通過大幅提高煙稅，從而提高煙草產品價格是減少煙草使用及鼓勵戒煙的單一最有效方法。” (WHO, 2009)



1. World Health Organisation (WHO) Report. (2009). WHO report on the global tobacco epidemic, 2009.

