

斷除煙癮，否則可能必須 斷除其他部位！

每吸一根煙，就會對身體造成直接傷害，嚴重增加罹患癌症、糖尿病及更多其他疾病的可能。但這究竟真正意味什麼？為幫助大眾瞭解吸煙所造成的實際影響，疾病控制與預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) 特別要求真實的昔日吸煙者現身說法，與大眾分享他們的故事。



當你的一個肺
被切除後，
只能短促呼吸。

- 安妮特，57歲

安妮特 (Annette) 在青少年時期偶爾吸煙，並在20歲前成為慣性吸煙者。幸好由於外孫女的催促，安妮特在50歲時戒煙，但過去30幾年的吸煙卻導致她罹患癌症。安妮特在52歲時被診斷出肺癌，為進一步治療，她必須切除一個肺。幾年後，她又另外進行了口腔癌手術。雖然安妮特目前並無癌症，但她仍需每天面對吸煙所造成的後果。

肖恩 (Shawn) 吸煙超過30年，當正值四十多歲時，他的慢性咳嗽及喉炎竟轉變為咽喉癌。他承受了38次放射治療，以及眾多小時的醫生診治，但這些卻救不回他的喉嚨。肖恩目前有一個氣管造口 (開口)，好讓他可以呼吸，並在喉部植入發聲器，好讓他可以說話。「這是一條艱難的路。」肖恩表示：「我不希望任何人再經歷我所曾經歷過的，因為這將會影響你一輩子。」



小心別刮傷
你的氣管造口！

- 肖恩，51歲



你需要額外的時間
把腿裝好。

- 布蘭登，31歲

布蘭登 (Brandon) 從青少年中期開始吸煙，在他18歲之前，就被診斷出罹患伯格氏病 (Buerger's disease, 又稱血栓閉塞性血管炎)，這是由於使用煙草而引起手腳血管堵塞，並可導致感染或壞疽的病症。「我當時還很年輕，想要證明醫生是錯的。」布蘭登表示：「最後，我花了9年時間才終於戒煙，這期間我截去了兩條腿及幾根手指尖。你就是不知道下一根煙的後果竟是如此。」

只需一通電話，免費戒煙服務立即可得！

免費ASQ華語戒煙專線

立即撥打免費ASQ華語戒煙專線，獲得國語及粵語免費戒煙服務，包括一對一電話諮詢、提供免費戒煙貼片試用包及自助戒煙資料，幫助你戒煙成功率倍增，開始踏出斷除煙癮的第一步！

1-800-838-8917

免費
戒煙貼片

由疾病控制與預防中心(CDC)策製

For accessible content (in English): <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/resources/ads/pdf-print-ads/cdc-tips-excision-chinese-english-508.pdf>



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention
[CDC.gov/tips](https://www.cdc.gov/tips)