

中国吸烟危害健康报告 2020

要点提示

中华人民共和国国家卫生健康委员会

1



吸烟及二手烟暴露的流行状况

- 世界卫生组织《烟草控制框架公约》生效以来，越来越多的国家采用有效的控烟措施，全球 15 岁及以上人群吸烟率降至 19.2%。
- 我国吸烟人数超过 3 亿，15 岁及以上人群吸烟率为 26.6%，其中男性吸烟率高达 50.5%。
- 烟草每年使我国 100 多万人失去生命，如不采取有效行动，预计到 2030 年将增至每年 200 万人，到 2050 年增至每年 300 万人。

2



吸烟对健康的危害

2.1 吸烟与呼吸疾病

慢性阻塞性肺疾病

- 有充分证据说明吸烟可以导致慢性阻塞性肺疾病（慢阻肺）。
- 吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越小，慢阻肺的发病风险越高。
- 女性吸烟者患慢阻肺的风险高于男性。
- 戒烟可以改变慢阻肺的自然进程，延缓病变进展。

支气管哮喘

- 有证据提示吸烟可以导致哮喘。
- 吸烟可以导致哮喘病情控制不佳。

小气道功能异常

- 有证据提示吸烟可以增加小气道功能异常的发病风险。
- 有证据提示吸烟量越大、吸烟时间越长，发病风险越高。
- 待进一步证据明确戒烟可改善吸烟者的小气道功能异常。

呼吸系统感染

- 有充分证据说明吸烟可以增加包括肺炎在内的呼吸系统感染的发病风险。
- 吸烟量越大，呼吸系统感染的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者呼吸系统感染的发病风险。

肺结核

- 有充分证据说明吸烟可以增加感染结核分枝杆菌的风险。
- 有充分证据说明吸烟可以增加患肺结核的风险。
- 有充分证据说明吸烟可以增加肺结核的死亡风险。
- 有证据提示吸烟可以对肺结核的预后产生不利影响。

间质性肺疾病

- 有充分证据说明吸烟可以导致多种间质性肺疾病。
- 有证据提示吸烟可以导致特发性肺纤维化。
- 有证据提示戒烟是吸烟相关间质性肺疾病的主要治疗措施之一。

静脉血栓栓塞症

- 有证据提示吸烟增加静脉血栓栓塞症的患病风险。
- 有证据提示吸烟者的吸烟量越大，吸烟年限越长，静脉血栓栓塞症发病风险越高。

睡眠呼吸暂停

- 待进一步证据明确吸烟可以导致阻塞性睡眠呼吸暂停。
- 待进一步证据明确戒烟可以改善吸烟者的阻塞性睡眠呼吸暂停症状。

尘 肺

- 有证据提示吸烟者发生尘肺的风险高于不吸烟者。
- 戒烟是必须强调的尘肺治疗措施。

2.2 吸烟与恶性肿瘤

肺 癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致肺癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越小，肺癌的发病风险越高。
- 吸“低焦油卷烟”不能降低肺癌的风险。
- 戒烟可以降低吸烟者肺癌的发病风险。戒烟时间越长，肺癌的发病风险降低越多。

口腔和口咽部恶性肿瘤

- 有充分证据说明吸烟可以导致口腔和口咽部恶性肿瘤。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，口腔和口咽部恶性肿瘤的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者口腔和口咽部恶性肿瘤的发病风险。

喉 癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致喉癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，喉癌的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者喉癌的发病风险。

膀胱癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致膀胱癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，膀胱癌的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者膀胱癌的发病风险。

宫颈癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致宫颈癌。
- 女性吸烟量越大、吸烟年限越长，宫颈癌的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者宫颈癌的发病风险。

卵巢癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致黏液性卵巢癌。
- 待进一步证据明确吸烟可以导致其他类型卵巢癌。
- 待进一步证据明确吸烟可以增加卵巢癌患者死亡风险。

胰腺癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致胰腺癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，胰腺癌的发病风险越高。
- 有证据提示戒烟可以降低吸烟者胰腺癌的发病风险。

肝癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致肝癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越小，肝癌的发病风险和死亡风险越高。

食管癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致食管癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，食管癌的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者食管癌的发病风险。

胃癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致胃癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，胃癌的发病风险越高。

肾癌

- 有充分证据说明吸烟可以导致肾癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越小，肾癌的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者肾癌的发病风险。

急性白血病

- 有证据提示吸烟可以导致急性白血病。
- 吸烟者的吸烟量越大，急性白血病的发病风险越高。
- 待进一步证据明确戒烟可以降低吸烟者急性白血病的发病风险。

鼻咽癌

- 有证据提示吸烟可以导致鼻咽癌。

结直肠癌

- 有证据提示吸烟可以导致结直肠癌。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，结直肠癌的发病风险越高。

乳腺癌

- 有证据提示吸烟可以导致乳腺癌。
- 女性吸烟年限越长、吸烟量越大、开始吸烟年龄越小，乳腺癌的发病及死亡风险越高。

前列腺癌

- 待进一步证据明确吸烟可以导致前列腺癌。

2.3 吸烟与心脑血管疾病

亚临床期动脉粥样硬化

- 有充分证据说明吸烟可以导致动脉粥样硬化。
- 吸烟会增加冠状动脉、颈动脉、主动脉、脑部动脉和外周动脉发生动脉粥样硬化的风险。

冠状动脉粥样硬化性心脏病

- 有充分证据说明吸烟可以导致冠状动脉粥样硬化性心脏病（冠心病）。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，冠心病的发病和死亡风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者冠心病的发病和死亡风险。

脑卒中

- 有充分证据说明吸烟可以导致脑卒中。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，脑卒中的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者脑卒中的发病风险。

外周动脉疾病

- 有充分证据说明吸烟可以导致外周动脉疾病。
- 吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越小，外周动脉疾病的发病风险越高。
- 戒烟可以降低吸烟者外周动脉疾病的发病风险。

高血压

- 有证据提示吸烟可以导致高血压。
- 待进一步证据明确吸烟者的吸烟量越大、吸烟年限越长，高血压的发病风险越高。

2.4 吸烟与糖尿病

- 有充分证据说明吸烟可以导致 2 型糖尿病。
- 吸烟者的吸烟量越大、起始吸烟年龄越小、吸烟年限越长，2 型糖尿病的发病风险越高。
- 吸烟可以增加糖尿病大血管和微血管并发症的发病风险。
- 有证据提示长期戒烟可以降低吸烟者的 2 型糖尿病发病和死亡风险。

3



二手烟暴露对健康的危害

二手烟暴露与呼吸疾病

- 有证据提示二手烟暴露可以导致慢性阻塞性肺疾病。
- 有充分证据说明二手烟暴露可以导致儿童发生哮喘。

- 有证据提示二手烟暴露可以加重哮喘患儿的病情，并且影响哮喘的治疗效果。
- 有证据提示二手烟暴露可以导致成年人发生哮喘。

二手烟暴露与恶性肿瘤

- 有充分证据说明二手烟暴露可以导致肺癌。
- 待进一步证据明确二手烟暴露可以增加膀胱癌的发病风险。
- 待进一步证据明确二手烟暴露可以导致宫颈癌。
- 待进一步证据明确二手烟暴露可以导致胰腺癌。
- 待进一步证据明确二手烟暴露可以导致肝癌。
- 有证据提示二手烟暴露可以导致鼻窦癌，待进一步证据明确二手烟暴露可以导致鼻咽癌。
- 有证据提示二手烟暴露可以导致结直肠癌。
- 有证据提示二手烟暴露可以导致乳腺癌。

二手烟暴露与心脑血管疾病

- 有充分证据说明二手烟暴露可以导致冠心病。
- 有证据提示二手烟暴露可以导致脑卒中、动脉粥样硬化。
- 待进一步证据明确二手烟暴露可以导致高血压、外周动脉疾病。

二手烟暴露与糖尿病

- 有证据提示二手烟暴露可以增加患糖尿病的风险。

4



电子烟的健康危害

- 有充分证据表明电子烟是不安全的，会对健康产生危害。