

创建无烟学校指南

黄洁夫 主编

中国控制吸烟协会

主 编 黄洁夫

副主编 廖文科 秦 耕 许桂华 黄泽民

编 委 (按姓氏笔画排列)

丁 磊 马 军 马迎华 石 琦 刘 峥 许桂华

张 芯 杨 焱 姜 垣 夏 晶 徐文婕 秦 耕

郭 欣 黄泽民 黄洁夫 曾晓芄 廖文科

流程编辑 赵 娜

责任编校 赵 娜 倪菁华 所 超

封面设计 樊 超 刘 晏

序

科学已证实吸烟可导致多种疾病。我国是世界上最大的烟草生产、消费和受害国。烟草危害是我国面临的最严重的公共卫生问题之一。《2008年中国控制吸烟报告》显示，目前，我国青少年吸烟率为11.5%，其中男女分别为18.4%和3.6%；尝试吸烟率为32.4%，男生分别为44.1%和19.9%。尤其令人担忧的是这种状况还呈不断上升趋势。有调查显示，初三至高一阶段的青少年是成为烟民的高发时期。因此，在学生中开展吸烟有害的宣传，在学校开展创建无烟学校活动，提高学生对烟草危害的认识，为学生创造无烟环境显得十分迫切，十分必要。

为了推动学校控烟行动，2010年教育部与卫生部联合下发了《关于进一步加强学校控烟工作的意见》和《普通高等学校无烟学校标准》《中等职业学校 中小学校和托幼机构无烟学校标准》。在教育部、卫生部的指导下，中国控烟协会组织有关专家编纂了《创建无烟学校指南》，介绍了烟草危害知识、创建无烟学校的意义目的和方法、5所示范学校创建的经验等。为了便于了解世界卫生组织《烟草控制框架公约》和国家有关政策法律规定；还摘录了《公约》有关条款，并收集了教育部有关控烟文件规定、国家政策和法律中有关对青少年控烟的规定和法律条款。在编写过程中还参考了美国学校控烟指南，同时结合我国学生不同年龄阶段特点，提出了不同年龄阶段的学生应掌握的

知识及应持的态度。指南具有一定的实用性，相信会为全国各类学校在今后创建无烟学校活动中提供经验与借鉴。

控烟是一项长期持久的工作，各有关部门要持续不懈地宣传吸烟对健康的危害，使控烟履约成为政府和社会的意志；控烟一定要从青少年抓起，在学生中大力开展控烟活动，让学生远离烟草，养成科学文明健康的生活方式和习惯；一定要将创建无烟学校的工作持续、有序、有效地开展下去，为青少年营造一个清新健康的学习环境而努力！

何学晨

2013. 3. 21.

目 录

教育部办公厅 卫生部办公厅

《关于进一步加强学校控烟工作的意见》	1
第一章 烟草危害	4
第一节 烟草的流行情况	4
第二节 影响青少年吸烟的因素	4
第三节 烟草烟雾的有害成分	7
第四节 烟草导致的相关疾病	8
第五节 烟草的成瘾性	11
第六节 二手烟对健康的危害	13
第七节 戒烟方法与技巧	14
第二章 创建无烟学校	20
第一节 创建无烟学校的历史	20
第二节 创建无烟学校的意义	21
第三节 创建无烟学校的目的	21
第四节 创建无烟学校的方法	22
第五节 “全国无烟学校”的评估程序	28
第三章 创建无烟学校典型经验	51
人人参与控烟活动 共创健康无烟环境 ——郑州市扶轮外国语学校	51
建立控烟机制 创建无烟校园 ——北京市第十二中学	55
全方位动员 分阶段实现无烟目标 ——河南省开封高级中学	58

控烟：在制度建设和监督体系双保证下进行	
——郑州市科技工业学校·····	62
“1467”控烟工作体系和网格化管理模式	
——北京农业职业学院·····	66
第四章 国家有关部委文件对控烟的规定·····	70
第五章 我国法律中有关青少年控烟条款·····	79
第六章 世界卫生组织《烟草控制框架公约》摘录·····	82

教育部办公厅 卫生部办公厅《关于进一步加强学校控烟工作的意见》

教体艺厅〔2010〕5号

各省、自治区、直辖市教育厅（教委）、卫生厅（局），新疆生产建设兵团教育局、卫生局，部属各高等学校：

烟草可以导致多种疾病，甚至可以因加重疾病而死亡，已经成为严重影响公众健康的全球性公共卫生问题之一。控制吸烟、预防疾病已成为各国政府的共识。我国政府高度重视烟草控制工作，签署了世界卫生组织的《烟草控制框架公约》，并经全国人大批准于2006年1月9日正式予以实施生效。为保护我国青少年免遭烟草的危害，《中华人民共和国未成年人保护法》明确规定“任何人不得在中小学校、幼儿园、托儿所的教室、寝室、活动室和其他未成年人集中活动的场所吸烟、饮酒”。为履行《烟草控制框架公约》，落实《中华人民共和国未成年人保护法》有关要求，使青少年远离烟草危害，现就进一步加强各级各类学校（含专门面向未成年人的校外活动场所）控烟工作提出以下意见：

一、提高认识，加强领导，认真履行控烟职责

烟草烟雾中有4000多种化学物质，包含许多有毒有害物质，其中有40多种物质具有致癌性，且烟草中的尼古丁具有极强的成瘾性，一旦吸烟成瘾，很难摆脱。目前，我国吸烟人数超过3亿，遭受被动吸烟危害的人数高达5.4亿，

创建无烟学校指南

其中 15 岁以下儿童有 1.8 亿，每年约有 100 万人死于吸烟导致的疾病。各级教育、卫生行政部门和学校要充分认识加强学校控烟的重要性、必要性，增强做好控烟工作的责任感、使命感。要进一步加强对学校控烟工作的组织领导，将控烟工作纳入当地教育、卫生工作规划，作为学校教育的重要内容纳入工作计划，制订具体的实施计划和工作目标，将责任落实到人，把创建无烟校园与建设文明校园、优化育人环境、培养德智体美全面发展人才工作有机地结合起来，常抓不懈。

二、明确职责，积极配合，共同推进学校控烟工作

学校控烟工作既是教育工作的重要内容，也是公共卫生的重要内容，教育、卫生等部门必须齐抓共管。各地教育行政部门要主动与卫生行政部门进行协调，结合当地实际，研究制定本地学校控烟工作的政策措施和推进方案。各地卫生行政部门要积极配合教育行政部门和学校开展控烟宣传教育活动，为学校控烟工作提供技术服务和指导，共同推进创建无烟学校工作。各级各类学校要按照国家和当地控烟工作的相关法规和政策要求，结合学生日常行为规范教育，认真开展各项控烟工作。

三、加强宣传，健全制度，努力创建无烟学校

1. 加强控烟宣传教育。各级各类学校应将控烟宣传教育纳入学校健康教育计划，通过课堂教学、讲座、班会、同伴教育、知识竞赛、板报等多种形式向师生传授烟草危害、不尝试吸烟、劝阻他人吸烟、拒绝吸二手烟等控烟核心知识和技能。要充分利用每年的 5 月 31 日世界无烟日，集中开展控烟主题宣传活动，强化学生的控烟知识、态度和行为，促进学生养成良好的文明行为和习惯。要通过“小手拉大手”

等形式，学生向家长宣传控烟知识，劝阻家人不吸烟和避免被动吸烟。

2. 发挥教师控烟的表率作用。教师在学校的禁烟活动中应以身作则、带头戒烟，通过自身的戒烟，教育、带动学生自觉抵制烟草的诱惑。教师不得在学生面前吸烟，并做到相互之间不敬烟，不劝烟，发现学生吸烟，及时劝阻和教育。学校应积极倡导和帮助吸烟的教职员工戒烟，摒弃不健康的生活方式。

3. 建立健全控烟制度。中等职业学校和中小学校及托幼机构室内及校园应全面禁烟，高等学校教学区、办公区、图书馆等场所室内应全面禁烟。各级各类学校校园内主要区域应设置醒目的禁烟标志，校园内不得张贴或设置烟草广告或变相烟草广告并禁止出售烟草制品。

四、加强督导检查，努力实现无烟学校工作目标

各地教育、卫生行政部门要将控烟工作作为考评学校卫生工作的重要指标之一。各级各类学校应定期开展对本校各部门、各班级控烟工作的检查。积极鼓励和推动各级各类学校按照《无烟学校标准》（见附件），开展创建无烟学校活动。

附件：

1. 无烟学校参考标准（适用于中等职业学校和中小学校、托幼机构及专门的未成年人校外活动场所）（见 P70 页）

2. 无烟学校参考标准（适用于普通高等学校）（见 P71 页）

教育部办公厅

卫生部办公厅

二〇一〇年六月十二日

第一章 烟草危害

第一节 烟草的流行情况

烟草危害是当今世界最严重的公共卫生问题之一，全球每年因吸烟导致的死亡人数高达 600 万，超过因艾滋病、结核、疟疾导致的死亡人数之和。如果各国政府不采取有力措施，当前的趋势继续发展下去，到 2030 年，由于烟草使用导致的年死亡人数将超过 800 万；到本世纪末，烟草流行将夺去 10 亿人的生命，且四分之三将集中在发展中国家。现在吸烟者中将来会有一半因吸烟而提早死亡。2003 年 5 月第 56 届世界卫生大会一致通过世界卫生组织《烟草控制框架公约》（以下称《公约》），这是卫生领域第一部国际法。

烟草是在四百多年前即明朝万历年间传入我国的。目前我国是全球最大的烟草生产国、消费国和受害国。据调查，我国吸烟人群逾 3 亿，占全球吸烟总人数的三分之一，其中 15 岁以上男性的现在吸烟率达 52.9%，有 7.4 亿不吸烟人群遭受二手烟的危害，每年因吸烟相关疾病所致死亡人数超过 100 万，尤其令人担忧的是女性和青少年吸烟率呈上升趋势。

第二节 影响青少年吸烟的因素

《2008 年中国控制吸烟报告》显示，我国青少年尝试吸烟率和现在吸烟率逐年上升。青少年尝试吸烟率为 32.4%，其中男女分别为 44.1% 和 19.9%；现在吸烟率为

11.5%，男女生分别为 18.4% 和 3.6%。专家估算，现在吸烟者约 1500 万，尝试吸烟者不下 4000 万，遭受二手烟危害的人数高达 6500 万。

影响青少年吸烟的因素有自身因素和环境因素。

一、自身因素

青少年对吸烟危害健康的知识掌握程度直接影响青少年对吸烟的态度和行为。有研究显示，自身知识的缺乏是导致青少年尝试吸烟的主要影响因素，知晓吸烟有害健康知识的多少与吸烟行为呈负相关。青少年人格特征也与青少年的吸烟行为密切相关：与不吸烟的青少年相比，吸烟的青少年更具反抗性和攻击性，自尊较低，倾向于寻求刺激和危险，有较强的遵从同伴的倾向，焦虑、抑郁、无助感较强，外控，缺乏移情。在一些研究中，自报有压抑和焦虑情绪的青少年开始吸烟的可能性是没有这些症状的青少年的 2 倍。

二、环境因素

1. 烟草广告和烟草企业的促销、赞助活动

烟草广告、促销和赞助对青少年有直接的不良影响。美国国家癌症研究院指出，烟草广告和促销是青少年开始吸烟的重要诱因。研究表明，以烟草企业或烟草集团冠名的间接烟草广告宣传效果非常明显，对青少年的影响是对成年人影响的三倍。《烟草控制框架公约》第 13 条明确要求：缔约国应广泛禁止所有的烟草广告、促销和赞助。

2. 影视作品中大量的吸烟镜头

影视作品中的吸烟镜头对青少年的吸烟行为产生了不可忽视的影响。调查显示，在影视剧作品中看见烟草镜头最多的青少年尝试吸烟的可能性提高了 3 倍。即便非吸烟

创建无烟学校指南

的青少年，如果其崇拜的偶像吸烟，则他们对吸烟行为认同的可能性提高了 16 倍。一个在 6500 名美国 10 ~ 14 岁的青少年中进行的纵向调查证明，高接触电影吸烟的青少年更加可能尝试吸烟，在统计上控制了人口特征、同伴吸烟、人格、父母类型等社会因素后依然得到同样结果。

3. 烟草制品的轻易可得

烟草制品易得性包括烟草的价格、销售的许可或限制等。青少年对烟草制品的价格非常敏感，大幅度提高烟税和卷烟价格是减少各阶层人群特别是青少年烟草消费的有效和重要手段。在加拿大，烟草价格上涨 10%，一般人群烟草消费下降 4.2%，而青少年的烟草消费则下降 14%。另外，禁止向 18 岁以下青少年销售卷烟、禁止在中、小学周边设烟草零售店的法规，可以有效限制青少年获得烟草。

4. 学校和家庭中的有烟环境

学校和家庭是青少年学习和生活的重要场所，同伴、教师和家长对青少年的行为产生不可避免的影响。

(1) 同伴一直被认为是影响青少年行为、态度和价值的最重要因素之一，对其行为选择起着重要作用。青少年的第一支烟 40% 是由同伴提供的，“同伴、同学一起吸烟”的占 55%~65%。最好的朋友吸烟和在同伴中流行吸烟，是青少年开始吸烟的最主要危险因素之一。

(2) 教师的行为对学生具有示范作用，教师吸烟也对学生的吸烟行为有显著影响。调查发现主课教师吸烟，其学生吸烟率最高（24.45%），与教师不吸烟而学生吸烟者比较，RR 值高达 12.23 倍。

(3) 家长的吸烟行为和态度影响青少年的吸烟行为。如果父母都吸烟，子女成为吸烟者的比例比父母都不吸烟

的高一倍。

第三节 烟草烟雾的有害成分

卷烟点燃时会产生极高温（900° C），所产生的烟草烟雾中含有 7000 多种化学物质，其中已知的包括超过 250 种有害物质，致癌物至少 69 种。烟草烟雾的主要有害物质有：

1. **尼古丁** 是高度成瘾性物质，其成瘾性仅次于海洛因。尼古丁可作用于吸烟者的大脑，使吸烟者对烟草产生依赖性，是导致烟草成瘾的主要成份。

2. **焦油** 俗称“烟油子”，内含多种致癌物和促癌物。它可黏附在气管、肺泡的粘膜上，影响其功能，长期接触可以致癌，是引起肺癌和喉癌的主要原因。焦油还是吸烟者牙齿和手指发黄的原因。世界卫生组织忠告，“低焦油”卷烟并不等于低危害，也不会降低烟草导致的疾病风险。焦油含量降低不表明其它致癌物含量也降低，而且低焦油卷烟会产生补偿吸烟现象：吸得更深、吸的次数更多。随着吸烟量的增加，吸入的其它有害物质也会增加。

3. **一氧化碳** 是一种无色无味的气体。它与血红蛋白的亲合力比氧高 260 倍，会破坏血液输送氧气的功能，从而影响到全身器官。冬季在门窗紧闭的情况下，吸一支烟即可使本人和全家人血液中的碳合血红蛋白分别升高 7 倍和 6 倍。一氧化碳可促使胆固醇贮量增多，加速动脉粥样硬化。

4. **其它多种有毒化合物** 如苯并芘、甲醛、氢氰酸、丙烯醛等有毒物质，可严重损伤支气管粘膜，使支气管和肺部发生感染。苯并芘、甲醛是强致癌物。

创建无烟学校指南

5. **放射性物质** 烟草种植中施用含铀的磷肥后，烟草中的铀可分解出钋²¹⁰、镭²²⁶、铅²¹⁰、氡²²²等放射性物质，是重要的致癌物质，可吸入肺并沉积体内，对肺、肝、肾造成损害。

6. **有害金属** 烟草中含有镉、汞、铅、砷、镍等多种有害金属，如镉是强致癌物，并可引起呼吸道哮喘、肺气肿；进入生殖系统，可杀死精子，引起男性不育；进入骨骼，可引起骨骼脱钙、变形、变脆，极易骨折。

烟草烟雾的有害成分



第四节 烟草导致的相关疾病

从 20 世纪 50 年代起，全球各国科学家大量的科学研究和流行病学调查证实，吸烟导致的主要疾病有：

1. **肺癌及多种恶性肿瘤** 90% 的男性肺癌死亡和 80% 的女性肺癌死亡与吸烟有关。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。吸烟还可引起口腔癌、喉癌、食管癌、胃癌、胰腺癌、膀胱癌、

肾癌、白血病，以及女性宫颈癌、乳腺癌等。

2. 呼吸系统疾病 烟雾中的焦油和其他有害物质长期刺激呼吸道，使吸烟者极易患慢性支气管炎、哮喘、肺气肿，最后导致慢性阻塞性肺病、肺心病。吸烟者中患慢性阻塞性肺病的风险是不吸烟者的 3 倍。吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越早，慢性阻塞性肺病的发病风险越高。

3. 心脑血管病 吸烟是冠心病、脑卒中、主动脉瘤和外周血管病的主要原因之一。心脑血管疾病的风险随吸烟数量的增加和吸烟年限的延长而增高。

吸烟可损害心肌和血管壁，最终引发冠心病、心脏性猝死、下肢血栓闭塞性脉管炎，可增加脑出血、脑梗死和蛛网膜下腔出血的危险。吸烟使冠心病的患病时间提前 10 年，使冠心病的患病危险增加 2 倍，使急性心肌梗死患病风险最高达 7 倍，吸烟还会使缺血性脑卒中的相对危险增加 90%，使蛛网膜下腔出血的危险增加 190%。

4. 消化系统疾病 吸烟可引起消化性溃疡、胃炎和食管、结肠疾患，尤其会引起消化性溃疡复发。

5. 内分泌疾病 吸烟可引起内分泌疾病，促发甲状腺疾病。每日吸烟 20 支，可使糖尿病危险增加 1 倍。

6. 男性生殖健康 烟草中的有毒物质能够损害睾丸，降低性激素分泌，引起男性阳痿。烟草中的尼古丁等有害物质还会减少精子的数量，造成男性不育症或胎儿畸形。尼古丁浓度越高，影响越大。

7. 女性生殖健康 吸烟可引起月经异常、初潮年龄提前、过早绝经，还会降低女性生育能力，发生原发和继发不孕的危险性增加。吸烟者发生自然流产的危险性是不吸烟者的 1.24 ~ 1.32 倍。吸烟还与早产、低出生体重、出生

创建无烟学校指南

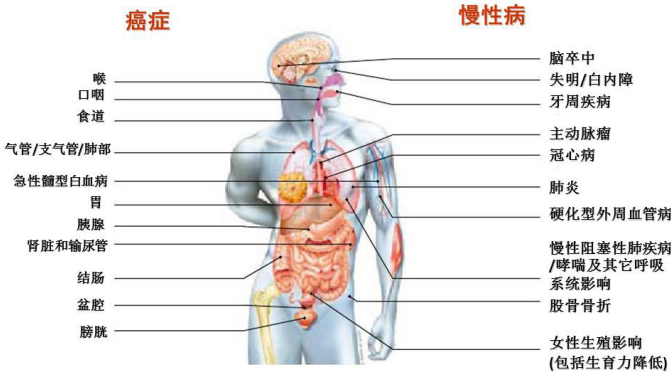
缺陷等有关。

8. 口腔疾病 吸烟可引起口腔异味、黄牙，重者可引起唇癌、口腔癌、口腔白斑、白色念珠菌感染等。

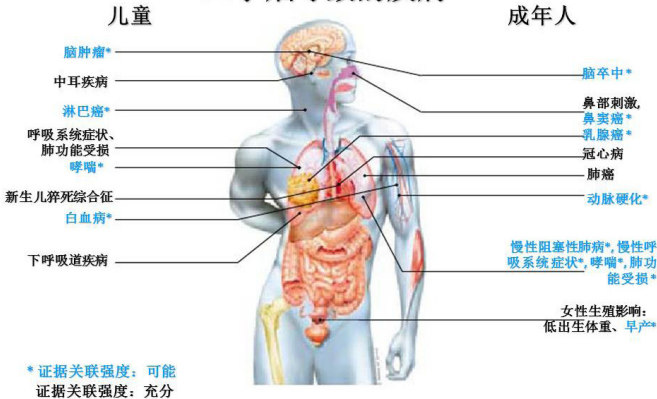
9. 眼科疾病 吸烟可引起中毒性视神经病变、视觉适应性减退、黄斑变性、白内障等。

10. 其它 吸烟可引起血液病、骨质疏松等疾病。吸烟还可促进皮肤衰老，是面部皱纹发生、加深的危险因素。女性吸烟更易诱发皱纹过早生成或增多。

吸烟导致的疾病



二手烟导致的疾病



第五节 烟草的成瘾性

烟草依赖（尼古丁依赖）是一种慢性疾病。具有高复发的特点，其国际疾病分类（ICD-10）编码为 F17.2。

一、烟草依赖的病理生理和心理机制

烟中的尼古丁是一种成瘾性化学物质，其成瘾程度比酒精大 6 ~ 8 倍，与可卡因相似。吸烟成瘾者对烟草有强烈的渴求，其本质即尼古丁依赖性和心理依赖性。

吸烟者吸入的尼古丁有 90% 在肺部吸收，其中 1/4 在 10 秒钟内即随血流进入大脑。

在脑中中枢神经系统的胆碱能神经元上存在尼古丁乙酰胆碱受体，乙酰胆碱是这些受体的天然配位体，尼古丁也是乙酰胆碱受体的激动剂，且更易与该受体的 $\alpha_4\beta_2$ 亚基结合。人吸烟时，吸入的尼古丁 10 秒内到脑，与乙酰胆碱受体特异性结合后，刺激多巴胺的急剧、短期释放，产生同吸烟有关的短期奖赏和愉悦满足感。但尼古丁清除快，不吸烟时，体内多巴胺水平下降，人会出现烦躁不安、易怒等反应和吸烟欲望，渴求再次吸烟使尼古丁恢复到一定的水平。所以吸烟者每 30 ~ 40 分钟就需要吸一支烟，以维持大脑尼古丁稳定水平。吸烟者由于长期通过吸烟形式摄入尼古丁，致使脑内的尼古丁乙酰胆碱受体发生适应性改变，机体对尼古丁产生耐受性，即必须吸入更多的尼古丁以达到和以前同样的舒适感，形成烟瘾。长期吸烟还会使人产生习惯性动作，从而形成对尼古丁身心两方面的依赖。此外，尼古丁成瘾的形成与社会环境、心理因素和遗传因素也有着密切的关系。烟草成瘾存在个体差异，不同个体对成瘾性药物的急性反应及适应有明显不同。

尼古丁对人体最显著的作用是对交感神经的影响，它可以刺激肾上腺分泌肾上腺素，从而产生呼吸兴奋、血压升高；短期内会使吸烟者感觉喜悦、头脑敏捷、脑力增强、焦虑减轻和抑制食欲。大剂量的尼古丁却会对植物神经、骨骼肌运动终极胆碱能受体及中枢神经系统产生抑制作用，导致呼吸肌麻痹、意识障碍等。长期吸入可导致机体活力下降，记忆力减退，工作效率低下，甚至造成多种器官受累的综合病变。

二、烟草依赖的临床表现

尼古丁依赖，又称烟草依赖，具有药物成瘾的全部特征。WHO 专家委员会将药物成瘾正式定义为：“由于反复使用某种药物所引起的一种周期性或慢性中毒状态”，具有以下特征：（1）有一种不可抗拒的力量强制性地驱使人们使用该药物，并不择手段去获得它；（2）有加大剂量的趋势；（3）对该药的效应产生精神依赖并一般都产生躯体依赖；（4）对个人和社会都产生危害。尼古丁依赖的特点为：无法克制的尼古丁觅求冲动，强迫性地、连续地使用尼古丁，以体验其带来的欣快感和愉悦感，并避免可能产生的戒断症状。

尼古丁依赖包括躯体依赖和精神依赖。所谓躯体依赖，又称生理依赖，即反复使用依赖特性药物，一旦停止用药，将发生一系列具有特征性的、令人难以忍受的症状与体征。吸烟者戒烟后出现烦躁不安、易怒、焦虑、情绪低落、注意力不集中、失眠、心率降低、食欲增加、易激惹、抑郁等，均为停止吸烟后尼古丁躯体依赖症状。

精神依赖，又称心理依赖，俗称“心瘾”，表现为对药物的强烈渴求。与其他物质成瘾一样，尼古丁的成瘾也

随着不同的个体和不同的时间而不同。以往认为，尼古丁成瘾是一个渐进的过程，而最近有研究者指出，一些人在开始吸烟后几天内或甚至仅仅吸完几支烟后即可出现尼古丁成瘾。

第六节 二手烟对健康的危害

二手烟是指由吸烟者在吸烟过程中吐出的主流烟草烟雾和卷烟或其他可燃吸烟草制品燃烧时散发出的侧流烟草烟雾所组成的弥散于空气中的一种混合物，又称“环境烟草烟雾”。二手烟对不吸烟者身体健康同样具有严重危害。过去，人们曾称为“被动吸烟”。

大量证据表明，二手烟暴露会对人体健康造成严重损害。有充分证据说明二手烟暴露可导致肺癌、烟味反感、鼻部刺激症状和冠心病。

二手烟暴露对孕妇及儿童健康造成的危害尤为严重。有充分证据说明孕妇暴露于二手烟可导致婴儿猝死综合征和婴儿出生体重降低。此外，有证据提示孕妇暴露于二手烟还可导致早产、新生儿神经管畸形和唇腭裂。

有充分证据说明儿童暴露于二手烟会导致呼吸道感染、支气管哮喘、肺功能下降、急性中耳炎和复发性中耳炎等疾病。此外，有证据提示儿童暴露于二手烟还会导致多种儿童癌症、加重哮喘患儿的病情、影响哮喘的治疗效果，而母亲戒烟可降低儿童发生呼吸道疾病的风险。

为什么要求室内全面禁烟？有些人认为，只要房间面积足够大，吸烟人数少，危害可以减至最低，甚至没有危害，也就是说，存在“安全暴露”水平。但是科学证据表明，二手烟暴露不存在安全水平，而且即使短时间暴露于二手

烟之中也会对人体健康造成危害。

研究显示：目前的空气净化装置只能除去大的烟尘颗粒，不能清除微小颗粒，更不能清除“二手烟”中的各种有害气体。在公共场所或室内设吸烟区，将吸烟者和非吸烟者分开，都无法避免非吸烟者吸入二手烟。因为吸烟区设立在同一建筑物内，暖气、通风、空调系统的正常运行，会把二手烟传送到整个建筑物中的每个角落，因此没有“安全”可言。目前，任何通风技术设备都不能控制接触二手烟草烟雾，因此将吸烟者和非吸烟者分开、使用净化空气或装置通风设备等，都不能使非吸烟者免受二手烟暴露的危害。而唯一能够有效地避免非吸烟者暴露于二手烟的方法，就是在室内环境中完全禁烟。

第七节 戒烟方法与技巧

一、戒烟方法概述

烟草依赖（尼古丁依赖）不是一种习惯，而是一种慢性疾病，具有高复发的特点，有心理、社会、生理及环境等多种因素的介入。吸烟成瘾是戒烟的主要障碍。吸烟者常需要多次尝试戒烟并接受反复干预才能最终戒烟成功。目前能够明显提高长期戒烟率的有效方法包括：戒烟劝解、戒烟咨询、戒烟热线及药物治疗。实践表明，仅靠吸烟者的个人意志戒烟，成功率仅有 5 ~ 7%，而由医疗机构和医务人员给以有效的咨询指导和药物治疗，可使戒烟成功率提高 2 ~ 3 倍。

二、戒烟 ABC

A. 询问

询问并记录患者是否吸烟，如问：“您现在是否吸烟？”

对吸烟者，或最近刚停止吸烟的人，应了解其吸烟情况(吸烟年限，每天吸烟量等)，并定期复查，注意更新记录。

B. 提出简短建议

采用清晰、有力、个体化的方式，劝说每一位吸烟者戒烟。

1. 告知吸烟者吸烟导致疾病的风险，对健康的巨大危害。

2. 提出有针对性的建议：对已患有某种疾病的吸烟者，将吸烟与疾病联系起来，说明戒烟如何能改善治疗效果，有益于健康。

3. 提出坚定有力的戒烟劝告，如：“您现在就必须戒烟”。

4. 对新近戒烟者，强化其信心，提出防止复吸的忠告及建议。

5. 记录所提供的建议。

C. 向有意戒烟者提供戒烟帮助

1. 转诊：对没有成立戒烟门诊或设戒烟医生的医院，应将有意戒烟的病人转诊到设有戒烟门诊或戒烟医生的医院。

2. 提供戒烟服务：

提供建议；

帮助制定戒烟计划，设定戒烟日期；

指导使用药物治疗，促进戒烟成功；

采取非药物治疗：心理支持和有针对性的干预措施；

安排随访。

三、5A 戒烟干预方案

医生是帮助吸烟者戒烟的最佳人选。在患者就医时，一位对吸烟危害有深刻认识的医生向吸烟患者提出的简短

创建无烟学校指南

戒烟忠告，就可能完全改变其以后的吸烟行为。这样的忠告比其他任何人的劝告及其他任何形式的宣传教育都要有效。帮助吸烟者戒烟的5A技能包括：询问（Ask）吸烟情况、建议（Advice）戒烟、评估（Assess）戒烟意愿、提供戒烟帮助（Assist）和安排（Arrange）随访。

第1步 询问（Ask）：询问并记录所有就诊者的吸烟情况

询问每一位就诊者的吸烟情况；

在患者病历的显著位置明确记录其吸烟情况；

第2步 建议（Advice）：强烈建议所有吸烟者必须戒烟

明确：如“您现在必须戒烟，我可以帮助您”；“当您生病了再戒烟就晚了”；“即使偶尔吸烟也是有害健康的”

强烈：如“戒烟是您为现在及未来健康所做的最重要的事情，我和其他医务人员会帮助您戒烟”；“能否戒烟直接影响您的健康和社会形象”

第3步 评估（Assess）：评估吸烟者的戒烟意愿

评估吸烟者的戒烟意愿：“您愿意尝试戒烟吗？”

如果患者本次有戒烟意愿，应提供进一步的戒烟帮助；

如果患者明确表示不想戒烟，应给予适当的鼓励、引导及健康教育以激发其戒烟动机，增强其将来戒烟的可能；

第4步 帮助（Assist）：提供戒烟药物以及提供咨询治疗

帮助吸烟者进行戒烟之前的准备：

设定戒烟日：应在2周之内开始戒烟；

告诉家人、朋友、同事自己已决定戒烟，取得他们的理解和支持；

预见在戒烟中可能出现的问题，特别是在戒烟最初的几周内可能出现的问题或困难，如尼古丁戒断症状等；

处理掉患者身边与吸烟有关的全部物品。在完全戒烟前使患者家中与办公室（桌）成为无烟的环境。

第 5 步 安排随访（Arrange）

时间：随访应在吸烟者开始戒烟后尽早安排。第一次随访一般安排在开始戒烟后第 1 周之内，同时应对后续随访进行安排；

随访时进行的工作：记录吸烟者的吸烟情况；与吸烟者讨论如何处理戒烟过程中已经出现及可能出现的问题；评估戒烟药物的效果；提醒吸烟者可随时到戒烟门诊或拨打全国戒烟热线（4008885531）；

祝贺已经成功的戒烟者；

分析仍然吸烟者未戒烟或戒烟者复吸的原因，采取进一步个体化戒烟干预措施。

四、戒烟咨询和戒烟热线

戒烟咨询是一种有效的戒烟方法，无论是单独使用还是与其他方法联合使用，都会明显提高戒烟效果。戒烟专业人员的咨询可增强吸烟者戒烟的决心，有效帮助吸烟者处理戒烟过程中出现的问题，并指导吸烟者按照正确的方法最终成功戒烟。戒烟咨询可采取面对面的方式，由专业人员在戒烟门诊或病房等场所进行。如不能进行面对面戒烟咨询，戒烟热线是另一种有效的戒烟咨询方法。与其他戒烟干预措施相比，戒烟热线具有方便易及、服务对象广泛，值得大力推广。

全国戒烟热线（4008885531）由经专业培训的热线咨询员为吸烟者或其亲友提供戒烟咨询服务。同时，全国公

公共卫生热线（12320）也提供戒烟咨询服务。

五、预防复吸

预防复吸是戒烟过程中非常重要的环节，是戒烟者面临的最大的挑战。大多数复吸发生在戒烟后不久，尤其在最初 4 周，也有少数人在戒烟数月甚至几年后出现复吸。

戒烟期间，小的退步——重新吸烟很普遍。要鼓励吸烟者学习应对偶尔退步的方法，以阻止真正的复吸。对随访时发现的复吸者而言，医生的鼓励和支持对增强信心是十分重要的。一旦发生复吸，关键是要从复吸中获得经验，帮助复吸者找出导致复吸的原因和有效的应对方法。

六、戒烟药物

目前已有多种戒烟药物可供使用。世界卫生组织建议使用的戒烟辅助药物有：

1. 尼古丁替代类产品（nicotine replacement therapy, NRT）

尼古丁替代治疗，是指在吸烟者开始戒烟的同时，使用尼古丁替代品，部分提供原本从烟草中获得的尼古丁，以缓解戒断症状，减轻吸烟欲望，一旦达到戒烟的目的应逐步停止使用。

业已证实，尼古丁替代递减治疗是一种有效的戒除烟瘾的治疗手段，可减轻戒断症状，降低复吸率，提高戒烟成功率。

世界卫生组织建议使用的尼古丁替代药物有：尼古丁贴片、咀嚼胶、喷剂、含片和吸入剂 5 种。NRT 类药物属于非处方药，可以在药店或医院购买，吸烟者在使用前宜咨询专业医生，并在医生指导下使用。

2. 盐酸安非他酮缓释片

该药是一种有效的非尼古丁类戒烟药物，具有较强的尼古丁依赖抑制作用。盐酸安非他酮缓释片可使6个月以上的长期戒烟率增加1倍。对于重度烟草依赖者，联合应用盐酸安非他酮缓释片和NRT类药物，戒烟效果更佳。

该药为处方药，需凭医生处方在医院或药店购买，吸烟者使用前应咨询专业医生，并在医生指导下用药。

3. 伐尼克兰

伐尼克兰是一种新型的非尼古丁类口服戒烟药物。伐尼克兰与尼古丁乙酰胆碱受体结合后，一方面发挥激动剂的作用，刺激脑内释放多巴胺，可缓解戒烟后的戒断症状；另一方面，它的拮抗特性可以阻断尼古丁与尼古丁乙酰胆碱受体结合，减少吸烟的欣快感。

该药为处方药，需凭医生处方在医院或药店购买，吸烟者使用前应咨询专业医生，并在医生指导下用药。

4. 联合用药

已被证实有效的药物组合包括：①长疗程尼古丁贴片治疗（> 14周）+ 其他NRT类药物（如咀嚼胶）；②尼古丁贴片 + 盐酸安非他酮。

戒烟药物配合戒烟咨询等综合干预可进一步提高戒烟成功率。需要注意的是，目前开展的戒烟药物临床试验多针对的是每日吸烟 ≥ 10 支的吸烟者，尚未在少量吸烟者（每日吸烟 < 10 支）中评价戒烟药物的治疗效果。

第二章 创建无烟学校

第一节 创建无烟学校的历史

1981年，教育部发布的《中学生守则》和《小学生守则》中规定：禁止中小学生吸烟。1992年，北京市率先开始在3500所中小学校中开展创建无烟学校活动。

中国控烟协会在总结北京市的基础上，发文《关于在全国开展创建无烟学校的意见》，倡导全国中小学校在学生中开展烟草危害的宣传教育，创建无烟学校。上海、广东、宁夏等一些省市纷纷响应，在中小学校中开展创建无烟学校活动。至2004年，全国已有12094所大中小学校命名为无烟学校。为了让青少年远离烟草，2000年起，协会发文在全国中小学生中开展“拒吸第一支烟，做不吸烟新一代”签名活动。借世界无烟日组织学生签名，北京市首先响应，于2001年5月30日第14个世界无烟日，协会同北京市爱卫会、北京市教委在北京七中举行“北京市中小学生‘拒吸第一支烟，做不吸烟新一代’的签名活动”，全国人大常委会副委员长何鲁丽，北京市人大副主任陶西平，中国吸烟与健康协会会长曹荣桂出席。活动开展至今全国共有4500万名学生签名。2007年北京市将无烟学校纳入健康促进学校标准。2008年北京市发布了《北京市关于禁止吸烟场所的若干规定》，全面实行中小学校禁止吸烟政策。2010年，中国控烟协会在总结各地创建活动的基础上，组织专家修订了《全国无烟学校标准》，为教育部、卫生部制定相应的无烟学校标准奠定了基础。2010年6月教育部

办公厅、卫生部办公厅联合发布了《关于进一步加强学校控烟工作的意见》及《普通高等学校无烟学校参考标准》、《中等职业学校和中小学校、托幼机构及专门的未成年人校外活动场所无烟学校参考标准》。该文件成为推进全国学校创建无烟学校的里程碑。

第二节 创建无烟学校的意义

学校是向青少年灌输科学知识和影响其行为最重要的场所。国内有调查显示，男生的现在吸烟率随年龄增长而迅速升高，在初三到高一阶段增幅最大。同时显示，一旦成为烟民，戒烟成功率低，复吸率高，因此在学校开展烟草有害、远离烟草的宣传教育，让学生了解吸烟和二手烟的危害，使学生们从小就认识到吸烟有害，从而对烟草产生厌恶感，学会抵制烟草诱惑，远离烟草，并养成科学与不吸烟的良好生活方式和习惯，自觉做不吸烟的新一代有十分重要的意义。预防青少年吸烟既是降低人群吸烟率及吸烟引起的相关疾病发病率的关键因素，也将对保持国民经济持续发展产生重要影响。

第三节 创建无烟学校的目的

一、让学生了解烟草危害，远离烟草，不尝试吸烟和吸烟，积极参与社会控烟活动。

二、倡导教职员做控烟表率，禁止在中小校园内吸烟，禁止在高校室内吸烟。

三、创建学校无烟环境，减少烟草烟雾危害。

第四节 创建无烟学校的方法

为了使创建无烟学校的工作有序地进行并取得成效，建议创建无烟学校活动按如下步骤。

一、学校成立控烟领导小组

1. 成立由校领导负责、多部门参加的控烟领导小组。控烟领导小组由学校领导牵头，相关职能部门共同参与，明确控烟负责部门和各职能部门责任人。

2. 负责制定学校控烟计划、实施办法、管理制度和奖惩办法。

3. 负责组织、协调、管理、实施控烟计划和评估。

二、进行基线（或阶段性）调查

1. 学校统一组织对全校或部分师生员工进行调查。

为了解学校创建无烟校园施行情况和对教职员工的干预效果，学校需要定期对学校全校或部分师生员工的控烟知识、态度、行为和无烟环境实施情况进行调查评估。为保证调查质量，需在学校和年级负责人的组织领导下，由经过培训的调查员负责进行调查。

2. 培训调查员

为了统一调查方法，严格掌握标准，客观反映现状，调查员培训需由当地疾病防制机构的控烟专业人员负责。培训内容包括：

- (1) 教师控烟知识、态度、行为调查问卷；
- (2) 学生控烟知识、态度、行为调查表；
- (3) 创建“全国无烟学校”现场环境调查表。

调查表见附件 1、2、3、4、5。

3. 对调查问卷进行收集、整理、录入、汇总、分析，

根据分析情况，调整控烟实施方案。

三、学校制定控烟计划和管理制度

1. 学校根据调查情况，研究制定或修订创建无烟学校规划或实施方案。

2. 制定学校控烟制度、管理办法和控烟考核与奖罚制度。

3. 将创建无烟学校纳入学校工作计划。

4. 设立兼职控烟监督员，明确具体职责，负责检查落实学校无烟环境情况，对检查情况如实记录并向领导小组及时报告。

四、创建学校无烟环境

创建学校无烟环境是创建无烟学校和保护学生免受烟草烟雾危害的最主要内容，因此务必做到：

中等职业学校、中小学校和托幼机构，校园内禁止吸烟，不设置吸烟区，不摆放烟具；

普通高等学校除吸烟区外，其它地方禁止吸烟；吸烟区要设在室外远离密集人群和必经通道，并有醒目的引导标识。

校园内重点区域张贴醒目的禁烟标识，如大门、教学楼、行政楼、会议室、教师办公室、室内运动场、食堂、楼道、卫生间、学生宿舍等。

校园内禁止出售烟草制品。

校园内无烟草广告和促销活动，学校不接受捐赠和赞助。

要加强对校园无烟环境的监督检查

（1）控烟监督员加强履行对控烟工作的监督检查的责任；

创建无烟学校指南

在大学，要对吸烟区外，其它地方的吸烟者进行劝阻；在中等职业学校、中小学校、托幼机构，对校园内的吸烟者进行劝阻；

(2) 控烟负责人要定期组织对学校各部门、各班(系)控烟工作进行检查、评估和总结。

五、开展形式多样的控烟宣传教育和干预活动

1. 利用健康教育课或其他课程向学生讲授烟草危害、不尝试吸烟、劝阻他人吸烟、拒绝吸二手烟等知识。

2. 充分利用主题班会、学校网站、板报、橱窗、广播及同伴教育、知识竞赛、沙龙等形式，向师生员工开展控烟宣传教育。

3. 大学要在新生入校时，将控烟教育纳入新生入学教育内容。

4. 利用世界无烟日等卫生主题活动，开展形式多样，内容丰富的控烟宣传活动。

5. 鼓励师生参与学校和社会控烟志愿活动。

六、各阶段学生控烟教育应掌握的知识、态度、行为要点

参考美国学校控烟指南，结合中国学生的特点，提出了我国托幼机构、中小学和大学生应了解的烟草危害知识以及对待吸烟应秉持的态度要点。

幼儿园儿童、小学控烟教育应掌握的知识、
态度、行为要点

	幼儿园儿童	小学生
学生应掌握的知识	<ol style="list-style-type: none"> 1. 吸烟有害健康，可引起多种疾病 2. 吸烟对身边的人有害 3. 吸烟还可以造成火灾 4. 大多数人都 不吸烟 5. 所有人在园 内不能吸烟 6. 吸烟是一种 不文明、不 健康的行为 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 烟草制品含有许多有毒物质，吸烟 有害健康，可引起多种疾病 2. 烟草制品中含有的尼古丁是一种成 瘾物质，一旦吸烟就很难停下来 3. 环境中的烟草烟雾（即二手烟）对 人体同样有害，可引起疾病 4. 吸烟是一种不文明、不健康的行为 5. 大多数人不吸烟 6. 戒烟对健康有益，越早越好 7. 烟草广告、促销和赞助是烟草业的 营销伎俩 8. 影视剧中的吸烟镜头会误导吸烟 9. 国家有关法律法规禁止向未成年人 售卖烟草，禁止中小 学生吸烟 10. 教育部要求创建无烟校园，所有人在 校园内禁止吸烟
学生应持 的态度	吸烟不好	<ol style="list-style-type: none"> 1. 对不吸烟感到自豪 2. 反对在室内吸烟
学生应有的 行为	<ol style="list-style-type: none"> 1. 劝家人不吸 烟 2. 劝家人及他 人不在家里 吸烟 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 宣传烟草危害的知识 2. 不尝试吸烟 3. 劝家人及他人不吸烟 4. 不买烟，不为家人及他人买烟 5. 远离二手烟 6. 动员吸烟的家人戒烟

创建无烟学校指南

中学生、大学生控烟教育应掌握的知识、态度、行为要点

	中学生	大学生
学生应掌握的知识	<ol style="list-style-type: none">1. 烟草制品含有许多有毒、有害物质，其中包含多种致癌物2. 吸烟危害人体健康，可导致肿瘤和心脑血管、呼吸道等系统的多种疾病3. 吸烟还会导致容颜早衰、性功能障碍、胎儿畸形等4. 烟草制品中含有的尼古丁是一种成瘾物质，一旦吸烟就很难戒掉5. 烟草使用对社会、环境也会带来负面影响6. 环境中的烟草烟雾（即二手烟）对人体健康同样有害7. 室内完全禁烟才能避免烟草烟雾危害，任何通风设备都不能消除二手烟，室内设置吸烟室不能消除二手烟的危害8. 用吸烟来减肥和缓解紧张情绪是不科学、不正确的9. 戒烟对身体有益，越早越好10. 烟草广告、促销和赞助是烟草业的营销伎俩11. 影视剧中的吸烟镜头会误导吸烟12. 决心戒烟是可以成功的，医院的戒烟门诊可提供帮助13. 国家有关法律法规禁止向未成年人售卖烟草，禁止中小学生吸烟14. 教育部要求创建无烟校园，所有人在校园内禁止吸烟	<ol style="list-style-type: none">1. 烟草制品含有许多有毒、有害物质，其中包含多种致癌物2. 吸烟危害人体健康，可导致肿瘤和心脑血管、呼吸道等系统的多种疾病3. 吸烟还会导致容颜早衰、性功能障碍、胎儿畸形等4. 烟草制品中含有的尼古丁是一种成瘾物质，吸烟容易成瘾，戒烟难度大5. 烟草使用对人体、环境和社会经济发展都会带来负面影响6. 环境中的烟草烟雾（即二手烟）对人体健康同样有害7. 室内完全禁烟才能避免烟草烟雾危害，任何通风设备都不能消除二手烟，室内设置吸烟室不能消除二手烟的危害8. 用吸烟来减肥和缓解紧张情绪是不科学、不正确的9. 戒烟对身体有益，越早越好10. 烟草广告、促销和赞助是烟草业的营销伎俩11. 影视剧中的吸烟镜头会误导吸烟12. 决心戒烟是可以成功的，医院的戒烟门诊可提供帮助13. 教育部要求创建无烟校园，禁止任何人在室内吸烟

<p>学生应持的态度</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 对不吸烟感到自豪 2. 反对在室内吸烟 3. 自觉抵制烟草的诱惑 4. 吸烟不是时尚，也不是成人的标志 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自觉抵制烟草诱惑 2. 对不吸烟感到自豪 3. 不吸烟是时尚 4. 反对在室内公共场所、工作场所吸烟 5. 支持家人、他人不吸烟 6. 支持教育部关于创建无烟校园的意见
<p>学生应有的行为</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 交流烟草危害的知识和对控烟的态度 2. 积极宣传并参与创建无烟环境 3. 不尝试吸烟、不吸烟 4. 劝家人及他人不吸烟 5. 学会拒绝同伴递烟的技巧 6. 敢于拒绝二手烟，有应对方法 7. 不买烟，不为家人及他人买烟 8. 动员吸烟的家人戒烟 9. 抵制烟草广告、赞助和促销的影响，拒绝烟草赞助 10. 不受影视作品中名人、偶像吸烟镜头的影响 11. 在校园活动中积极倡导控烟 12. 养成不吸烟的健康生活方式，培养良好的健康习惯 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 交流烟草危害的知识和对控烟的态度 2. 积极宣传并参与创建无烟环境 3. 不尝试吸烟、不吸烟、不敬烟、不接受敬烟 4. 吸烟者积极戒烟，主动寻求戒烟帮助 5. 不在室内和公共场所吸烟 6. 敢于拒绝二手烟，有应对方法 7. 劝家人及他人不吸烟 8. 动员吸烟的人戒烟 9. 抵制烟草广告、赞助和促销的影响，拒绝烟草赞助

七、进行终末（或阶段性）调查与分析

1. 终末（或阶段性）调查：其内容、对象、数量与基线调查相同。

2. 将两次调查的数据进行整理、对比、分析，以对控

创建无烟学校指南

烟效果进行阶段性评估。

八、总结

1. 根据开展无烟学校的情况,对照“全国无烟学校标准”和评估标准,自我评估创建无烟学校的情况。

2. 根据评估情况,领导小组要及时调整学校控烟工作实施方案并对下一步的创建活动提出意见和要求。

第五节 “全国无烟学校”的评估程序

一、评估验收依据

1. 教育部办公厅、卫生部办公厅《关于进一步加强学校控烟工作的意见及》和《无烟学校参考标准(适用于中等职业学校和中小学校、托幼机构及专门的未成年人校外活动场所)》及《无烟学校参考标准(适用于普通高等学校)》

2. 《中等职业学校和中小学校、托幼机构无烟学校评估标准》和《普通高等学校无烟学校评估标准》

二、学校自愿申报

学校欲获得“全国无烟学校”称号者,需按以下程序进行:

1. 自我评估:在学校控烟领导小组的领导下,在当地卫生防制机构的指导下,根据全国无烟学校标准和评估标准,组织进行自我评估。

2. 学校提出“全国无烟学校”评估验收申请

学校在自我评估达标的基础上,自愿向中国控制吸烟协会提出申请,并填写《全国无烟学校申请表》(见附件6)。

3. 申报“全国无烟学校”需提供的材料

(1) 全国无烟学校申请表;

(2) 学校的自我评估报告;

(3) 学校开展创建“全国无烟学校”活动的相关文字和图片资料；

(4) 当地教育部门意见。

4. 中国控制吸烟协会组织专家进行评估验收

根据学校的申请，协会组织专家组成评估组，按照《无烟学校参考标准》和《无烟学校评估标准》进行评估，并按以下要求进行：

(1) 学校向评估组汇报创建无烟学校活动情况，并提供相关资料(包括：学校控烟计划、实施方案、控烟规章制度、管理办法、控烟干预活动中的文字图片资料等)；

(2) 评估组查阅学校创建活动中的有关文件和资料；

(3) 评估组现场检查学校的无烟环境情况；

(4) 评估组撰写评估报告，并需有专家签名。

5. 审核：中国控制吸烟协会根据学校提供的资料和评估组的评估结果进行审核。

6. 审核达标者由中国控烟协会授予“全国无烟学校”证书和牌匾。

附件 1

教师控烟知识、态度与行为调查问卷

亲爱的老师：

您好！学校的无烟环境对全体师生的健康有着重要作用，我们开展创建全国无烟学校活动，需要了解您本人是否吸烟、对吸烟的真实态度以及学校的控烟工作情况，特请您填写这张调查问卷。您的答案没有对错之分，旨在为我们提供有效数据和研究如何采取干预措施。请您如实填写，调查问卷都是无记名的，与您的工作政绩考评没有任何关系。

衷心感谢您的合作！

填写说明：

请不要在问卷上写您的名字；

请在所选择答案相应的数字上画“√”

对于填空题，请在横线上写出相关信息。

例如：问题为“您是否为班主任？ ① 是 ② 否”

如您的答案为“①”，请在①上画上“√”。

中国控制吸烟协会

年 月 日

编号：□□□□□□□□ 基线调查□ 终末调查□

(编号无需个人填写，由调查员填写)

学校名称：_____

一、基本信息

1. 性别：①男 ②女

2. 年龄：_____岁

4. 最高学历：①中专以下 ②中专 ③大专 ④本科
⑤硕士及以上

4. 您所在的学校类别：

①小学 ②初中 ③高中 ④职业高中 ⑤大学

二、吸烟及二手烟暴露情况

5. 您是否吸烟？

- ① 现在吸烟（每天吸一支以上，连续6个月以上）
- ② 偶尔吸烟（吸烟，但不是每天吸，或连续不足6个月）
- ③ 以前吸，现在戒烟了（戒烟3个月）
- ④ 从不吸烟（跳至12题）

6. 您吸烟多长时间？_____年_____月

7. 您现在平均一天吸几支烟？_____支

8. 您是否在学校内下列地点吸过烟？

8.1	教室	①是 ②否
8.2	楼外面	①是 ②否
8.3	走廊	①是 ②否
8.4	办公室	①是 ②否
8.5	洗手间	①是 ②否
8.6	操场	①是 ②否
8.7	从不在学校内吸烟	①是 ②否

创建无烟学校指南

9. 您曾认真考虑过戒烟吗?

① 从来没有 ② 1次 ③ 2-5次 ④ 5次以上

10. 您有戒烟的打算主要是因为哪些原因?

10.1	自己的健康	① 是 ② 否
10.2	家人的健康	① 是 ② 否
10.3	教师的形象	① 是 ② 否
10.4	学校的规定	① 是 ② 否

11. 您戒烟多长时间了? _____ 年 _____ 月

12. 在过去的 7 天里, 您有几天时间和正在吸烟的人处于同一房间?

① 0 天 ② 1 到 2 天 ③ 3 到 4 天 ④ 5 到 6 天
⑤ 7 天

三、烟草危害知识与态度

13. 您认为吸烟对人体健康有害吗?

① 有害 ② 无害 ③ 不清楚

14. 您认为二手烟对人体健康有害吗?

① 有害 ② 无害 ③ 不清楚

15. 您认为吸烟与下列疾病有什么关系?

15.1	肺癌	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚
15.2	肺气肿	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚
15.3	冠心病	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚
15.4	脑卒中	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚
15.5	男性性功能障碍	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚
15.6	骨质疏松	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚
15.7	早产或胎儿畸形	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚
15.8	脉管炎	① 相关 ② 不相关 ③ 不清楚

16. 您是否同意低焦油、低尼古丁的烟对身体的危害（大）小？

① 对身体的危害大 ② 对身体的危害小 ③ 和普通烟没有区别

17. 您是否同意过滤嘴可以降低（增加）吸烟的危害？

① 降低吸烟的危害 ② 增加吸烟的危害 ③ 和普通烟一样

18. 您是否同意 18 岁之后吸烟危害小（大）？

① 危害大 ② 危害小 ③ 没有区别

19. 您是否认为教师在学生面前吸烟对学生有影响？

① 是 ② 否

20. 您认为下列哪些物质是否是卷烟中的有害成份？

20.1	尼古丁	① 是 ② 否
20.2	焦油	① 是 ② 否
20.3	一氧化碳	① 是 ② 否
20.4	放射性物质	① 是 ② 否

21. 您所在的学校有什么样的禁烟规定？

① 没有规定或者限制 ② 仅能在校园空旷地方吸烟
③ 只能在室内某些特定区域吸烟 ④ 不能在教室里吸烟
⑤ 校园内禁止吸烟

22. 当有同事在您旁边吸烟时，您会怎样做？

① 劝他们不要吸烟 ② 叫他们到别处去吸 ③ 我躲开他们
④ 我不管 ⑤ 我也吸

23. 您是否在课堂或者平时教育您的学生不吸烟？

① 有，仅在课堂上 ② 有，仅在平时 ③ 课堂和平时都有
④ 没有

24. 如何教育您的学生不吸烟？

创建无烟学校指南

① 他们从不吸烟 ② 吸烟是大人们的事情，小孩子不可以吸烟 ③ 没有劝过 ④ 吸烟对自己和他人都有害，是不好的行为

25. 您所在的学校是否接受烟草企业捐助？

① 有，名称是 _____ ② 有，不清楚名称 ③ 没有
④ 不了解

26. 您所在的学校是否有烟草广告？

① 有，名称是 _____ ② 有，不清楚名称 ③ 没有
④ 不了解

调查结束，感谢您的合作！

填表时间：_____年_____月_____日

附件 2

小学生控烟知识、态度与行为调查问卷

亲爱的同学：

你好！我们希望了解一些你对吸烟的态度、行为的真实情况，以便制定保护你们健康的控烟政策和措施。你填写的回答是保密的，你的老师和家长不会知道你选择的答案，请你放心如实填写。

衷心感谢你的合作！

填写说明：

请不要在问卷上写你的名字。

你的答案与成绩无关，回答结果不影响你在班上的名次或分数。

答案没有对错之分，你的填写应该是你自己的真实情况。

对于填空题，请在横线上写出要求的信息。

请在所选择答案相应的数字上画“√”。

例如：问题为“本学期你是否住宿？ ①住宿 ②不住宿”

如你的答案为“①”，请在①上画成“√”。

中国控制吸烟协会

年 月 日

创建无烟学校指南

编号：□□□□□□□ 基线调查□ 终末调查□

(编号无需个人填写，由调查员填写)

学校名称：_____

1. 性别： ①男 ②女

2. 年龄： _____ 岁

3. 你所在的年级： _____ 年级

4. 你认为吸烟对人体健康有害吗？

①有害 ②无害 ③不清楚

5. 你认为别人在你面前吸烟对你有危害吗？

①有害 ②无害 ③不清楚

6. 你是否尝试过吸烟(吸一、二口也算)？

①是 ②否

7. 最近的1个月里你吸过烟吗？

①吸过 ②没吸过

8. 当你第一次试着吸烟时你几岁？

①我没吸过烟 ②6岁以前(包括6岁)

③7-9岁 ④10-11岁 ⑤12岁以后

9. 你尝试吸烟或吸烟是受谁的影响？

9.1	父亲	①是 ②否
9.2	母亲	①是 ②否
9.3	老师	①是 ②否
9.4	明星	①是 ②否
9.5	同伴	①是 ②否

10. 你劝过家人不吸烟，并且他们的行为态度有改变么？

①没有劝过 ②劝过，他们戒烟了 ③劝过，但是没

有效果 ④他们从不吸烟 ⑤劝过，他们吸烟少了 ⑥劝过，他们不在家里或我面前吸烟了

11. 你以后会吸烟吗？

①不会 ②会 ③说不好

12. 你是否经常处在有烟环境中？

①是 ②不是 ③偶尔

13. 你所处的有烟环境是在什么场所？

12.1	家里	①是 ②否
12.2	学校	①是 ②否
12.3	网吧	①是 ②否
12.4	运动场所	①是 ②否
12.5	餐馆	①是 ②否

14. 你学校附近(方圆200米)可以买到烟么？

①可以 ②不能 ③我没注意

15. 你买过烟吗？

①没买过 ②买过，帮家人买
③买过，给自己买 ④买过，给朋友买

16. 你到商店买烟的时候遭到过拒绝么？

①我没有买过烟 ②我买过，遭到拒绝 ③我买过，没有遭到拒绝

17. 当别人在你旁边吸烟时，你会怎样做？

①劝他们不要吸烟 ②我躲开他们 ③叫他们到别处去吸 ④我不管 ⑤我也吸

调查结束，谢谢你的合作！

填表时间：_____年_____月_____日

附件 3

中学、职业高中学生控烟知识、
态度与行为调查问卷

亲爱的同学：

你好！我们希望了解一些你对吸烟的态度、行为的真实情况，以便制定保护你们健康的控烟政策和措施。你填写的回答是保密的，你的老师和家长不会知道你选择的答案，请你放心如实填写。

衷心感谢你的合作！

填写说明：

请不要在问卷上写你的名字。

你的答案与成绩无关，回答结果不影响你在班上的名次或分数。

答案没有对错之分，你的填写应该是你自己的真实情况。

对于填空题，请在横线上写出要求的信息。

请在所选择答案相应的数字上画“√”。

例如：问题为“本学期你是否住宿？ ①住宿 ②不住宿”

如你的答案为“①”，请在①上画上“√”。

中国控制吸烟协会

年 月 日

编号：□□□□□□ 基线调查□ 终末调查□

(编号无需个人填写，由调查员填写)

学校名称：_____

一、基本信息

1. 性别： ①男 ②女
2. 年龄： _____ 岁
3. 你所在的学校类别： ①初中 ②高中 ③职业高中
4. 你所在的年级： _____ 年级

二、吸烟知识与态度

5. 你认为吸烟对人体健康有害吗？
①有害 ②无害 ③不清楚
6. 你认为别人在你面前吸烟对你有危害吗？
①有害 ②无害 ③不清楚
7. 据你所知，吸烟会不会引起下列疾病？

7.1	肺癌	①会 ②不会 ③不清楚
7.2	肺气肿	①会 ②不会 ③不清楚
7.3	冠心病	①会 ②不会 ③不清楚
7.4	脑卒中	①会 ②不会 ③不清楚
7.5	男性性功能障碍	①会 ②不会 ③不清楚
7.6	骨质疏松	①会 ②不会 ③不清楚
7.7	早产或胎儿畸型	①会 ②不会 ③不清楚
7.8	损害牙齿	①会 ②不会 ③不清楚

8. 你是如何了解烟草危害的？

① 父母告知 ② 学校教育 ③ 电视网络等媒体宣传 ④ 他人告知

创建无烟学校指南

9. 你是否参加过学校介绍烟草危害的课程或者宣传活动?

- ① 有课程和活动 ② 只有课程 ③ 只有活动 ④ 都没有

10. 你是否认为男生吸烟比较酷?

- ① 是 ② 不是 ③ 不清楚

11. 你是否认为女生吸烟比较漂亮?

- ① 是 ② 不是 ③ 不清楚

12. 你是否同意吸烟的学生有更多(少)朋友?

- ① 吸烟的学生有更多朋友 ② 吸烟的学生有更少朋友
③ 没什么区别

13. 你是否同意吸烟是进入成年的表现?

- ① 是 ② 否 ③ 不清楚

14. 你认为烟草公司赞助学校是什么行为?

- ① 是慈善行为 ② 是广告行为 ③ 不清楚

15. 你是否曾经想模仿电影明星在电影、电视中吸烟的行为?

- ① 是 ② 否 ③ 不清楚

16. 你认为印有烟草品牌标志的 T 恤衫、笔、背包等是否是烟草促销和广告?

- ① 是 ② 否

三、吸烟及烟草暴露情况

17. 你是否尝试过吸烟(吸一、二口也算)?

- ① 是 ② 否

18. 你现在是否吸烟?

- ① 吸 ② 不吸

19. 你几岁尝试吸第一支烟?

- 6岁-9岁 ② 10-12岁 ③ 13岁-15岁
④ 15-18岁 ⑤ 18岁以后 ⑥ 我没有吸过烟

20. 你尝试吸烟是受谁的影响?

20.1	父亲	① 是 ② 否
20.2	母亲	① 是 ② 否
20.3	老师	① 是 ② 否
20.4	明星	① 是 ② 否
20.5	同伴	① 是 ② 否

21. 你以后会吸烟吗?

- ① 不会 ② 会 ③ 说不好

22. 你是否经常处在有烟环境中?

- ① 是 ② 不是 ③ 偶尔

23. 你所处的有烟环境是在什么场所?

23.1	家里	① 是 ② 否
23.2	学校	① 是 ② 否
23.3	网吧	① 是 ② 否
23.4	运动场所	① 是 ② 否
23.5	餐馆	① 是 ② 否

24. 你学校附近(方圆200米)可以买到香烟么?

- ① 可以 ② 不能 ③ 我没注意

25. 你买过烟吗?

- ① 没买过 ② 买过, 帮家人买 ③ 买过, 给自己买 ④ 买过, 给朋友买

26. 你劝过家人不吸烟, 并且他们的行为态度有改变么?

- ① 没有劝过 ② 劝过, 他们戒烟了 ③ 劝过, 但是没有

创建无烟学校指南

效果 ④ 他们从不吸烟 ⑤ 劝过，他们吸烟少了 ⑥ 劝过，他们不在家里或我面前吸烟了

27. 当别人在你旁边吸烟时，你会怎样做？

- ① 劝他们不要吸烟 ② 我躲开他们
③ 叫他们到别处去吸 ④ 我不管 ⑤ 我也吸

调查结束，谢谢你的合作！

填表时间：_____年_____月_____日

附件 4

大学生控烟知识、态度与行为调查问卷

亲爱的同学：

你好！我们希望了解一些你对吸烟的态度、行为的真实情况，以便制定保护你们健康的控烟政策和措施。你填写的回答是保密的，你的老师和家长不会知道你选择的答案，请你放心如实填写。

衷心感谢你的合作！

填写说明：

1. 请不要在问卷上写你的名字。
2. 答案没有对错之分，你的填写应该是你自己的真实情况。

4. 对于填空题，请在横线上写出要求的信息。

5. 请在所选择答案相应的数字上画“√”。

例如：问题为“本学期你是否住宿？①住宿 ②不住宿”

如你的答案为“①”，请在①上画上“√”。

中国控制吸烟协会

年 月 日

创建无烟学校指南

编号：□□□□□□□□ 基线调查□ 终末调查□

(编号无需个人填写，由调查员填写)

学校名称：_____

一、基本信息

1. 性别： ① 男 ② 女
2. 年龄： _____ 岁
3. 你所在的年级： _____ 年级

二、吸烟知识与态度

4. 你认为吸烟对人体健康有害吗？
① 有害 ② 无害 ③ 不清楚
5. 你认为二手烟对人体健康有害吗？
① 有害 ② 无害 ③ 不清楚
6. 据你所知，吸烟会不会引起下列疾病？

6.1	肺癌	① 会 ② 不会 ③ 不清楚
6.2	肺气肿	① 会 ② 不会 ③ 不清楚
6.3	冠心病	① 会 ② 不会 ③ 不清楚
6.4	脑卒中	① 会 ② 不会 ③ 不清楚
6.5	男性性功能障碍	① 会 ② 不会 ③ 不清楚
6.6	骨质疏松	① 会 ② 不会 ③ 不清楚
6.7	早产或胎儿畸形	① 会 ② 不会 ③ 不清楚
6.8	损害牙齿	① 会 ② 不会 ③ 不清楚

7. 你是如何了解烟草危害的？

① 父母告知 ② 学校教育 ③ 电视网络等媒体宣传 ④ 他人告知

8. 你是否参加过学校介绍烟草危害的课程或者宣传活动？

① 有课程和活动 ② 只有课程 ③ 只有活动 ④ 都没有

9. 你是否同意男生吸烟比较酷?

① 是 ② 不是 ③ 不清楚

10. 你是否同意女生吸烟比较漂亮?

① 是 ② 不是 ③ 不清楚

11. 你是否同意吸烟的学生有更多(少)朋友?

① 吸烟的学生有更多朋友 ② 吸烟的学生有更少朋友

③ 没什么区别

12. 你是否同意吸烟是进入成年的表现?

① 是 ② 否 ③ 不清楚

13. 你认为烟草公司赞助学校是什么行为?

① 是慈善行为 ② 是广告行为 ③ 不清楚

14. 你是否曾经想模仿电影明星在电影、电视中吸烟的行为?

① 是 ② 否 ③ 不清楚

15. 你是否使用过印有烟草品牌标志的物品?(T恤衫、笔、背包等)

① 是 ② 否

三、吸烟及烟草暴露情况

16. 你是否尝试过吸烟(吸一、二口也算)?

① 是 ② 否

17. 你几岁尝试吸第一支烟?

① 6岁-9岁 ② 10-12岁 ③ 13岁-15岁

④ 15岁以后 ⑤ 18岁以后 ⑥ 我没有吸过烟

18. 你现在是否吸烟?

① 吸 ② 不吸

19. 你尝试吸烟是受谁的影响?

创建无烟学校指南

19.1	父亲	① 是 ② 否
19.2	母亲	① 是 ② 否
19.3	老师	① 是 ② 否
19.4	明星	① 是 ② 否
19.5	同伴	① 是 ② 否

20. 你以后会吸烟吗？

① 不会 ② 会 ③ 说不好

21. 你是否经常处在有烟环境中？

① 是 ② 不是 ③ 偶尔

22. 你所处的有烟环境是在什么场所？

22.1	家里	① 是 ② 否
22.2	学校	① 是 ② 否
22.3	网吧	① 是 ② 否
22.4	运动场所	① 是 ② 否
22.5	餐馆	① 是 ② 否

23. 你的学校里可以买到烟么？

① 可以 ② 不能 ③ 我没注意

24. 你买过烟吗？

① 没买过 ② 买过，帮家人买 ③ 买过，给自己买 ④ 买过，给朋友买

25 你劝过家人不吸烟，并且他们的行为态度有改变么？

① 没有劝过 ② 劝过，他们戒烟了 ③ 劝过，但是没有效果 ④ 他们从不吸烟 ⑤ 劝过，他们吸烟少了 ⑥ 劝过，他们不在家里或我面前吸烟了

26. 当别人在你旁边吸烟时，你会怎样做？

① 劝他们不要吸烟 ② 我躲开他们

③ 叫他们到别处去吸 ④ 我不管 ⑤ 我也吸

27. 你是否接受过戒烟帮助或指导?

① 我从不吸烟 ② 是的,专业人员曾给予帮助 ③ 是的,朋友曾给予帮助 ④ 是的,家人曾给予帮助 ⑤ 是的,专业人员或者家人、朋友曾给予帮助 ⑥ 没有

28. 你是否赞成公共场所禁烟? (公共场所包括餐厅、公车、有轨电车、火车、学校、操场、体育场所、舞厅等)

①是 ②否

调查结束,谢谢你的合作!

填表时间: _____ 年 _____ 月 _____ 日

附件 5

学校现场环境调查表

基线调查 终末调查

学校名称： _____

1. 校园内有无烟头和吸烟者？

检查地点：大门 1 处、教学楼 1 处、实验室 1 处、行政楼 1 处、会议室 2 处、教师办公室 1 处、室内运动场 1 处、图书馆 1 处、教职工和学生食堂 1 处、接待室 1 处、楼道 1 处、卫生间 1 处。学生宿舍？

观察时间：每处观察 5 分钟。

1.1 是否有烟头？ ①有 ②无

烟头数量：大门 _____ 个，行政楼 _____ 个，会议室 _____ 个，接待室 _____ 个，教师办公室 _____ 个，教学楼 _____ 个，实验室 _____ 个，图书馆 _____ 个，室内运动场 _____ 个，食堂 _____ 个，楼道 _____ 个，卫生间 _____ 个

1.2 是否有人吸烟？ ①有 ②无

吸烟者数量：大门 _____ 个，行政楼 _____ 个，会议室 _____ 个，接待室 _____ 个，教师办公室 _____ 个，教学楼 _____ 个，实验室 _____ 个，图书馆 _____ 个，室内运动场 _____ 个，食堂 _____ 个，楼道 _____ 个，卫生间 _____ 个

2. 学校以下场所是否有禁烟标志？

2.1 大门 ①有 ②无 2.2 教学楼 ①有 ②无

2.3 行政楼 ①有 ②无 2.4 室内运动场 ①有 ②无

2.5 图书馆 ①有 ②无 2.6 食堂 ①有 ②无

2.7 宿舍楼 ①有 ②无 2.8 卫生间 ①有 ②无

3. 学校是否设有室内吸烟室 / 区?

①有, _____ 处 ②无

4. 学校是否设有室外吸烟区?

①有, _____ 处 ②无

5. 学校内商店是否售烟?

①有, _____ 处 ②无

6. 学校内是否有烟草广告和变相烟草广告?

①有, _____ 处 ②无

7. 学校开展控烟宣传情况

7.1 板报、宣传画 ①有, _____ 处 ②无

7.2 橱窗 ①有, _____ 处 ②无

7.3 横幅、标语 ①有, _____ 处 ②无

7.4 网络 ①有, _____ 处 ②无

调查日期 _____ 年 ____ 月 ____ 日

调查员: _____

附件 6

全国无烟学校申请表

学校所在省市					
学校名称					
学校地址				邮编	
职工总人数		教师人数		学生数	
负责人 姓名		职务		电话：	
				手机：	
				E-mail:	
自我评估报告（如内容较多可另附页） <div style="text-align: right; margin-top: 100px;"> （盖章） 年 月 日 </div>					
当地教育部门意见 <div style="text-align: right; margin-top: 100px;"> （盖章） 年 月 日 </div>					

第三章 创建无烟学校典型经验

编者语 为了进一步贯彻落实 2010 年教育部、卫生部《关于进一步加强学校控烟工作的意见》的精神，2012 年中国控烟协会在两部的支持下，选择北京、河南两地 30 所不同类型的学校，开展了为期一年的创建全国无烟学校示范试点工作。各试点学校通过建立健全控烟制度、大力开展控烟宣传教育和干预活动、积极营造无烟环境、完善监督巡查考评机制等多种手段和策略，达到了全国无烟学校的标准。

试点学校探索了创建无烟学校的有效模式，总结出许多宝贵的做法和经验，创建经验各具特色精彩纷呈。我们在其中选择了小学、初中、高中、职高、大学各一所，将他们在创建工作中最具特色且行之有效的经验介绍于后，供各学校在创建活动中借鉴，同时也希望全国各类学校探索适合本校特点有效的控烟干预模式，为广大青少年儿童营造清新健康的无烟环境。

人人参与控烟活动 共创健康无烟环境

郑州市扶轮外国语学校

我校依照教育部、卫生部联合发布的《关于进一步加强学校控烟工作的意见》的文件精神，以“争创全国无烟示范学校”活动为契机，以“创建无烟校园环境、促进师生身心健康”为目标，将“拒绝烟草，健康生活”作为一

创建无烟学校指南

种理念融入日常工作和生活中，充分利用各种资源、各种渠道和手段，开展形式多样的活动，向全体师生进行吸烟有害健康的宣传教育，鼓励师生加入到控烟禁烟的队伍中来，增强师生拒绝烟草危害的意识。同时将控烟禁烟知识向家庭、向社会辐射，全力推动整个社会对烟草烟雾危害的认识，进而提升全社会控烟禁烟的意识。

一、利用板报、宣传栏、宣传展板等形式，大力宣传控烟禁烟

制定宣传计划，要求每月都有新内容、新活动，全方位、有深度、有广度的开展控烟宣传工作。

二、举办控烟主题班会

以班级为单位，在全校范围内开展了“了解烟草危害拒绝烟草侵蚀”为主题的班会活动。活动的目的：让学生了解吸烟的危害，提高学生对烟草危害的认识；培养学生拒绝吸烟的意识，避免学生成为“烟民”；了解“二手烟”的危害，树立避免“二手烟”侵蚀的意识；了解学生家庭成员吸烟状况，鼓励学生帮助家庭成员戒烟。

在活动中，通过观看光盘、阅读资料、师生互动、分组讨论、成果分享等环节，使学生很直观地了解到烟草烟雾的危害，理解控烟活动的重要意义，促使他们自觉地加入到控烟活动中来，在他们幼小的心灵中播下终生拒绝烟草的种子。

三、举办控烟专题讲座

将控烟教育纳入正常的教学活动中去，在全校开展“控烟知识”课和专题讲座，由政教处统一发放相关资料和视频，由班主任带领全班学生观看有关控烟的视频，讲解控烟知识，最后由学生说说心得感受。活动中，所有任课教师分

配到各班，和学生一起学习。

四、开展“世界无烟日”系列活动

结合学校开展“争创全国无烟示范学校”活动的要求，在第 25 个世界无烟日到来之际，集中开展了一系列的控烟宣传活动。

1、介绍和宣传“世界无烟日”

制作宣传板在校园内展出，主要介绍“世界无烟日”的由来、发展历程以及设立“世界无烟日”的重要意义。

2、“拒绝第一支烟 做不吸烟新一代”学生签名活动

2012 年 5 月 28 日，在学校大门口处开展““拒绝第一支烟 做不吸烟新一代”学生签名活动，学生在走进校园时，自主自愿在签名处签下自己的名字，承诺永不吸烟。

3、开展“世界无烟日，控烟进社区”活动

2012 年 5 月 30 日下午两节课后，政教处全体人员带领全体控烟志愿者到社区进行控烟宣传。活动内容主要有宣传板展出、宣传册发放、控烟知识咨询解答、拒绝烟草签名等。

五、举办控烟知识竞赛

为了丰富控烟宣传活动，学校组织学生开展了“控烟知识”竞赛与“控烟手抄报（绘画）”比赛活动。

控烟知识竞赛分为两个阶段：学习准备阶段和开展竞赛阶段。

在学习准备阶段，全体同学利用相关资料开展学习，可以上网查找有关控烟禁烟的知识，可以集体学习，也可以是自学、小组学等，全面掌握有关控烟禁烟方面的知识。在开展竞赛阶段，根据学习准备阶段的情况，3 ~ 6 年级每班选出 5 名学生代表班级参加比赛。由于安排合理、组

创建无烟学校指南

织严谨，活动圆满完成，达到预期目的。

2012年10月，在借鉴前一次比赛活动的经验之上，学校又组织全体学生举办“控烟手抄报(绘画)”比赛。1~3年级每位学生画一幅与控烟禁烟有关的画，每班评选出5幅优秀作品，代表班级展出；4~6年级每位学生办一张内容为控烟禁烟方面的手抄报，每班评选出5幅优秀作品，代表班级展出。

在活动中，同学们踊跃参与，积极创作，低年级的学生用笔绘出了自己的心声，表达了自己的愿望。高年级的学生图文并茂，生动形象的宣传了控烟禁烟的知识，展示坚定的控烟禁烟意志。

六、以“致家长一封信”的形式向学生家长作控烟宣传

2012年4月和9月，学校两次以“致家长一封信”的形式，向学生家长发出了“为了孩子，戒烟吧！”的号召，呼吁为孩子创造一个无烟的生活环境。信中着重介绍了烟草特别是“二手烟”对少年儿童的危害，呼吁家长为了孩子的健康成长，给孩子一个无烟的家庭环境。同时向家长介绍了《中华人民共和国未成年人保护法》中“任何人不得在中小学校、幼儿园、托儿所的教室、寝室、活动室和其他未成年人集中活动的场所吸烟”的规定，要求家长自觉遵守。

七、开展学生“控烟志愿者”活动

学校吸收参与控烟活动积极性高、控烟知识相对丰富、自愿参与的学生加入到“控烟志愿者”行列中来。学校“控烟志愿者”主要有控烟播音员、控烟宣传员、控烟巡查员、控烟监督员等。控烟播音员利用学校广播站向广大师生进

行控烟宣传；控烟宣传员走进教室、办公室向师生进行控烟宣传；控烟巡查员坚持每天对无烟区域进行巡查，做好记录；控烟监督员坚持每周对所有办公室、教学楼、操场等区域进行监督检查，做好记录。他们在不同的岗位上承担着不同的职责，为我校“争创全国无烟示范学校”做了大量工作，同时这也为学生提供了一个平台，使他们得到学习、得到锻炼。

经过一年多的不懈努力，我校控烟工作取得了丰硕成果，提高了全体师生终生拒绝烟草的意识，扩大了烟草烟雾危害的宣传范围，带动了社会控烟禁烟的发展。在以后的工作中，我们将持续把控烟纳入日常工作之中，常抓不懈，不断推进控烟工作的新发展。

建立控烟机制 创建无烟校园

北京市第十二中学

近年来，北京十二中作为北京市创建全国无烟学校示范试点之一，通过建立控烟机制、加大宣传教育力度、创建学校无烟环境、加强控烟监督检查，进一步增强工作力度，取得了显著的控烟成效。

一、建立学校控烟机制 加大控烟工作力度

学校成立了以校长为组长的创建工作领导小组，几位副校长为副组长，后勤、教学、教育各职能部门负责人为成员，学校宣传中心和各年级组长为兼职控烟宣传员，学校工会委员为控烟监督员。学校首先组织控烟班子成员、兼职宣传员和监督员进行学习培训，让他们了解控烟的相

创建无烟学校指南

关知识与规定。学校还公布了领导小组各自任务及相应分工，明确各自职责，落实各项任务。学生部人员具体负责控烟各项事务的组织协调与落实工作。根据创建工作的需要，学校制定了《北京十二中控烟工作实施方案》、《北京十二中控烟项目实施时间表》、《北京十二中控烟项目经费使用计划》等制度和要求，制定了控烟奖惩办法，对全面履行控烟职责的师生员工将在学校各类评选同等情况下优先考虑，将履行控烟职责的情况作为师生员工评优评先的参考指标之一，对违反校内控烟规定的师生以及控烟存在问题的场所都有记录，并督促及时或限时整改。学校将控烟和创建全国无烟示范校工作纳入学期工作计划之中，学期结束时均有相关控烟工作总结。由于学校领导班子成员无一人吸烟，这为学校控烟和创建全国无烟示范校工作起到积极示范作用。对有吸烟习惯的教师，通过领导谈话、同伴监督、批评教育等方式加以帮助，有吸烟习惯的教师少吸或不吸了。在校门口张贴禁烟标识，警示学生家长、来校办事人员和外来务工人员进入校园后禁止吸烟；对在校园内的吸烟者及时进行劝阻。

二、大力营造控烟氛围 创建学校无烟环境

学校加强了校园无烟环境建设，规定教室内绝对禁止吸烟；校园内的其它建筑物包括报告厅、会议室、教师办公室、实验室、接待室和厕所等所有建筑物内及公共场所绝对禁止吸烟；运动场等室外区域也要求无人吸烟，实现校园内无烟蒂、无烟味、无吸烟者。为了营造禁烟控烟氛围，学校内的重点区域，如大门内外、教学楼、实验楼、行政楼等重要场所都张贴醒目的禁烟标识，时刻提醒着过往的人们。校园内会议室、教师办公室、接待室等场所不摆放

烟具，不为吸烟者提供便利条件。校园内禁止烟草广告和变相烟草广告。学校小卖部禁止出售任何烟草制品。

三、组织形式多样活动 开展有效控烟教育

为了加强学生禁烟控烟教育，学校开展了形式多样的禁烟控烟宣传教育活动。课堂是控烟教育的主阵地。学校要求老师将控烟知识纳入教案和教学活动之中，老师根据自己的课堂教学内容，向学生传授烟草危害、不尝试吸烟、劝阻他人吸烟、拒绝吸二手烟等控烟的知识和技能。为了进一步提高学生对烟草危害以及控烟的认识，学校运用国旗下演讲、主题班会、同伴教育、手抄报、黑板报、橱窗、展板、校园广播、电视等形式，向师生员工开展控烟宣传教育。

2012年4月16日上午升旗仪式时，在学校运动场上隆重举行创建全国无烟示范校启动仪式，全校两千多名师生参加。高二（3）班张爽作为学生代表发出倡议，号召全校师生“远离烟草，让我们从现在开始”、“远离烟草，让我们对未来承诺”、“远离烟草，让我们对二手烟说不”，一句句强劲有力的控烟宣言，树立了新时代青年的新形象，让“不吸烟，我时尚，我健康”成为全体十二中学生的风尚。阮守华副校长以《远离烟草危害创建幸福校园》为主题，要求全体教职员和学生远离烟草，提高控烟意识，倡导文明健康的生活方式，实现我校创建全国无烟示范校的目标。同时倡导青少年学生不仅自己远离烟草，还要劝父母和亲戚朋友远离烟草，做控烟的践行者。为了提高学生家长对烟草危害的认识，学校发出《北京十二中创建无烟学校告家长书》，希望家长进入学校不在校园内吸烟，当着孩子的面不吸烟，创建无烟家庭环境。5月31日，学

创建无烟学校指南

校还在世界无烟日之际，利用课间操，在学校运动场上开展了以“拒吸第一支烟 做不吸烟新一代”为主题的学生签名活动。在中秋国庆长假期间，学校以致学生家长信的形式，要求初中各班利用双节假期开展以“不吸烟、我时尚、我健康”为主题的控烟宣传手抄报活动，希望同学们在提高控烟意识的同时，劝自己身边的亲人不吸烟或少吸烟，养成健康的生活方式。学生部组织人员对学生的手抄报进行了评选，并在校园橱窗展示。为了进一步提高师生的控烟禁烟意识，学校办公室和学生部分别对师生的吸烟状况进行监察，掌握师生员工吸烟动态。

四、进行经常性监督 实现常态化管理

学校办公室、学生部以及分管校办和学生工作的副校长，负责学校控烟工作的经常性监督检查。这些检查通常和学校的卫生大扫除、卫生大检查融为一体，行政办公室、教师办公室等场所每学期至少在开学初和期中各检查一次，班级的检查每周一下午放学后进行，后勤部门还不定期对厕所、绿篱、草丛、下水道等隐蔽地方进行检查，杜绝控烟死角。为了将各类检查落实到位，学校制定了相关检查考核评比制度，强化对控烟的常态化管理，增强管理的持续性有效性。

全方位动员 分阶段实现无烟目标

河南省开封高级中学

开封市高级中学是一所拥有 110 年悠久历史的名校，控烟的开展和实施可追溯到 1997 年，但一直以来，都是控，而不是禁。通过参加创建全国无烟学校试点项目，学校领

导在认识上把控烟上升到精神文明建设的高度，把创建无烟学校列入年度工作计划，同时制定实施方案，并将目标任务分解到每个学期、每个月份，有步骤分阶段地落实推进，取得很好的效果。

第一阶段：全方位宣传动员，强化对烟草有害的认识

1. 对全体教工的宣传

召开全体教工会议，公布创建领导小组名单及职责，下发《开封高中关于进一步做好学校禁烟控烟的通知》，播放《吸烟与健康》的视频，使每位同志都深刻认识创建无烟学校对自己、对他人尤其是对学生的深远意义，大力营造创建氛围。

2. 对全体学生的宣传

(1) 加强班主任培训，提高班主任对控烟工作的认识，由班主任承担每个班级的控烟宣传、教育和把关工作。

(2) 充分利用健康教育课、主题班会、团日活动、板报、橱窗、校园广播、知识竞赛、控烟知识进课堂等多种形式，对全体学生进行全方位的吸烟有害健康的宣传教育，反复强化学生“拒绝烟草从我做起”的思想认识，在学生中大力营造抵制烟草的舆论环境。

(3) 利用家长会、家长学校、学校通讯，向家长宣传吸烟有害健康的科学知识，家校结合教育学生不触烟、不吸烟。这一做法也促进了学生家庭成员的戒烟。

3. 对来访者的宣传

在学校大门口向来访者发放宣传单，提醒访客进校不吸烟，不敬烟。

4. 在此阶段，各个职能部门各司其职，分别做了许多具体工作：

创建无烟学校指南

(1) 校工会召开了由成功戒烟及尚未戒烟的教工参加的座谈会，与吸烟者签订戒烟承诺书，并在戒烟过程中为他们提供必要的帮助。

(2) 学生处组织全校学生召开“创建无烟学校”动员大会，举办全体教师参加的“拒绝烟草危害 追求健康人生”大型签名活动，利用修养课向全校学生进行“吸烟有害健康”的专题讲座，组织“拒绝烟草”的知识竞赛。

(3) 总务处的工作人员在校门口、办公楼、实验室、教学楼等公共场所张贴设置“禁止吸烟”、“向二手烟说不”、“谢绝敬烟”等禁烟标志标识。

(4) 团委定期开展吸烟有害的宣传活动，让全体师生了解世界卫生组织《烟草控制框架公约》内容以及促成戒烟的有效方法。

(5) 在学生中建立禁烟志愿者队伍，发动学生自我教育、自我管理。还组织志愿者走出校门，到汽车站、火车站、商场、建筑工地等场所开展控烟宣传活动。

(6) 生物、化学两门学科的教师将“吸烟有害”的知识渗透到课堂，利用挂图、实验等方式，让学生直观看到烟草燃烧后烟雾的危害，将“吸烟有害健康”的概念变成客观直接令人反感的负面印象。

第二阶段：建立检查评比机制，促使创建工作成效显著

1. 对吸烟的学生，班主任为第一责任人，严管严查。同时建立校园巡查小组，不间断地对校园的卫生间及隐蔽角落进行巡查，对吸烟的学生送学生处批评教育，按照纪律予以处分并且公示。由于常查不懈，杜绝了校园内学生吸烟的现象。

2. 对吸烟的老师，控烟领导小组选择了人本主义的慢禁做法。一方面从制度上要求，另一方面更侧重情感的渗透，不从经济上惩罚，不从名誉上曝光，不跟评优评先挂钩。每周对各办公室进行检查，对于吸烟的教工，只在公示结果中显示该同志所在部门的名称，公示过一两次、两三次以后，该同志也就不在学校吸烟了。这种做法实现了校内无教工吸烟的目标。

3. 期间做的工作有：

(1) 组织教工清理各自办公环境，做到室内外无烟头，无烟味，无烟具。

(2) 组织学生对校园的各个角落进行彻底的清扫，净化美化校园。

第三阶段：建立长效机制，完善档案资料，巩固创建无烟学校成果

学校创建“无烟学校”领导小组对校园各处、对办公场所坚持频繁的检查，固化已经形成的不吸烟意识，巩固取得的控烟成果。

一年来，开封高中在创造清新的校园环境，培养师生拒绝烟草珍爱生命的意识，促进师生身心健康等方面做出了努力，取得了预期的成果。我们深知，创建无烟学校不是一项临时性而需长期坚持的工作，我们不但要把已有的成果巩固下去，还要为全社会的禁烟工作起到示范作用。

控烟：在制度建设和监督体系双保证下进行

郑州市科技工业学校

郑州市科技工业学校是一所国家级重点中等专业学校。学校历来重视德育管理，将学生的行为规范养成教育视为学校德育的有效抓手，控烟工作更是重中之重。开展创建全国无烟学校示范试点项目以来，学校控烟工作是在制度建设和监督体系双重保证下完成。

一、组织领导和制度建设

我校成立了创建全国无烟学校示范试点项目工作领导小组，制定了翔实科学、可操作性强的控烟工作计划，定期召开工作会议，每周五向学校行政会汇报控烟工作进展情况。控烟领导小组制定并颁布了控烟工作相关的制度及考核标准、奖惩办法。控烟检查考核记录齐全。

1. 控烟制度

(1) 不允许在校园内的任何地方（办公室、会议室、教室、实验室、宿舍、卫生间、走廊、楼梯间、门卫室、食堂等公共场所）吸烟。

(2) 办公室及会议室内不允许摆放烟草制品及烟灰缸等烟具。

(3) 学校所属区域内禁止销售烟草制品。

(4) 学校全体师生积极参与控烟工作，做到不吸烟、不敬烟、不劝烟。客人递烟，做到婉言谢绝。任何个人都有责任要求吸烟者停止在校园内吸烟。公布学校控烟监督电话。

(5) 学校政教处加强对吸烟危害健康的宣传，利用家

长会等多种形式向学生家长宣传吸烟有害健康的科学知识，并倡导学生规劝家长戒烟。家长来校参加任何活动，均不得吸烟。

(6) 各处室、专业组实行控烟责任制，各处室、专业组、教研组负责人为控烟第一责任人，对本组室控烟工作负总责。

(7) 学校控烟工作领导小组实施无烟检查。检查分定期检查、随机检查、日常督查，对不遵守控烟规定的相关人员提出劝阻，并认真做好记录。

(8) 建立控烟考评奖惩制度，对控烟工作效果好（包括监督、劝阻、宣传、戒烟）的处室和个人给予一定奖励，对违反制度的视情节给予一定处罚。

2. 控烟考评奖惩制度

(1) 不遵守学校控烟制度的教职工，取消评优评先资格。

(2) 教职工在学校抽烟，每次罚款 50 元，并通报批评。

(3) 有吸烟行为的学生，不能获得各种荣誉。

(4) 学校各处室、专业组内若有违反规定吸烟者，应接受教育与处理，处室当年不能评为文明处室。

(5) 对来访人员，每一位教职工都有责任和义务，制止其在学校吸烟。如对来访人员在学校吸烟听之任之，不加劝阻，相关人员将受到通报批评，情节严重的将受到处罚。

3. 控烟考评奖惩标准

创建无烟学校指南

控烟标准	奖惩标准	考评频率	评价部门
室内场所无人员吸烟 25分	发现1人扣1分	每月2次	控烟督查小组
室内场所无烟具烟蒂 25分	发现1个扣1分		
禁烟标识醒目无缺失 20分	发现1处扣1分		
对吸烟人员劝阻制止 20分	发现未劝阻行为 1次扣1分		
设置禁烟监督巡查员 10分	无巡视员扣10分		

4. 控烟考评记录

各专业组、室安排控烟巡查员一名,认真完成控烟考评,每次考评有详细记录。

二、制度落实与监督体系

为强化制度落实,我校成立控烟督查小组并明确职责;加强督查成员的培训;定期与不定期进行控烟督查、巡查,记录翔实。

1. 控烟督查小组成员职责

(1) 带头遵守《郑州市科技工业学校控烟制度》。

(2) 负责处室控烟工作,劝教师不在办公室以及校内吸烟。

(3) 对在本单位公共场所吸烟的行为予以制止。

(4) 控烟监督员使用标准用语: xx 老师(先生或女士)您好!我们学校是无烟学校,请您遵守学校规定不要吸烟,感谢您的合作。

(5) 对劝说无效的,按照《控烟奖惩考评制度》执行。

(6) 参加每月2次办公室卫生检查,自查互查办公室的烟具、烟缸、烟头。

(7) 认真记载《控烟考评记录》,并按月统计汇总。

控烟督查小组每周一下午例行对校园所有区域进行控烟检查,不定期进行抽查。

2. 控烟巡查员职责

(1) 控烟巡查员由责任心强并且不吸烟的同志担任。

(2) 控烟巡查员要带头遵守《郑州市科技工业学校控烟制度》。

(3) 控烟巡查员负责巡视校园，有劝诫吸烟者的义务。

(4) 控烟巡查员使用标准用语：xx 老师（先生或女士）您好！我们学校是无烟学校，请您遵守学校规定不要吸烟，感谢您的合作。您吸烟产生的烟雾对家人、他人同样有害，请保护他们的健康。

(5) 看到烟蒂随时主动捡拾，维护无烟环境。

(6) 配合控烟督查组做好每月 2 次的控烟督查。

校长作为创建工作领导小组组长，定期听取巡查工作汇报。

3. 培训控烟督查员，详细记录巡查记录

学校对控烟督察员定期进行培训、座谈，邀请校医等专业人士作报告或开座谈会进行培训、交流。学校控烟督查小组和学生控烟志愿者大队对校园进行严格的控烟督查，详细记录巡查结果。

通过这几年的控烟工作，尤其是通过 2012 年的创建活动，我校已经形成人人参与的控烟机制和景象，进一步把控烟工作落到了实处。今后我们将把控烟工作做得更扎实，真正建成无烟校园。

“1467”控烟工作体系和网格化管理模式

北京农业职业学院

自2012年2月，我院被确定为全国创建无烟学校示范试点后，学院领导对创建全国无烟示范学校工作高度重视，在往年创建无烟达标学校工作的基础上，继续实施和不断完善学院控烟措施，并通过创新，形成“1467”工作体系、网格化管理模式和“三全”式管理机制。

一、建立和实施“1467”控烟工作体系

1是指一个机构，即学院建立创建无烟示范校工作领导小组，并不断完善其功能，强化其作用；4是指建立4支控烟监督员和巡查员队伍；6是指充分发挥6种载体的作用；7是指通过7种途径积极开展控烟宣传。

4支控烟监督员和巡查员队伍是指：一是由学院控烟办公室和控烟巡查组组成的控烟队伍。二是由宿管人员、保洁人员和治安巡查人员组成的控烟巡查员队伍。三是各中层单位成立的控烟工作领导小组和巡查员组成的巡查队伍。四是学生处负责成立的学生监督执法队伍和控烟监督员队伍。四支队伍是学院创建工作的骨干力量，在创建工作中发挥了骨干作用。如，学生处负责的学生监督执法队伍和控烟监督员队伍经常在教学楼内进行抽查，制止学生违规吸烟，对违规学生进行批评教育。这种学生自我监督和自我管理的方式收到了良好的效果。

6种载体是指校园网、电视、广播、滚动电子屏、宣传橱窗和院报，这6种载体的充分应用确保了控烟宣教工作实现横向到边、纵向到底。特别是校园网长时间滚动播

放控烟标语并及时报道创建信息，食堂电视、校园广播、文化广场巨型滚动电子屏、综合楼电子屏和遍布全院的宣传橱窗等多形式全方位宣传造势，以及院报大版面集中报道创建信息等，营造了创建无烟学校的良好氛围，使学校控烟教育深入人心，让全院师生深入了解吸烟有害健康以及吸入二手烟的危害，自觉参与学校控烟工作。

7种途径是指控烟宣传周、军训、入学教育、世界无烟日、主题班会、专题讲座、课堂。多种途径的交叉并进，对于提高学生创建意识起到了很好的强化作用。如，各学生班组织的“控烟主题班会”活动，形式多样，生动活泼，既宣传了控烟知识，强化了控烟意识，也锤炼了学生的参与意识和演讲能力，丰富了学生的业余生活，深受同学们喜爱。

“1467”工作体系的建立和实施，实现了无烟示范校创建活动的精细化和标准化，极大地增强了创建活动的效果。

二、行之有效的网格化管理模式

为确保控烟管理工作落到实处，学院对整个校园进行了网格化细分，在此基础上针对不同区域的不同特点，分别明确了责任单位和责任人的职责、工作流程。

教学区（教学楼、综合楼、实训园、图书馆）内的教室、实验室、阅览室的控烟工作由任课教师、管理人员和学生班级控烟员负责管理；楼道、卫生间由保洁员负责管理。

办公区控烟工作实行办公室“三包”（本室工作人员、外来办事人员、门前楼道走廊）管理。

生活区（学生公寓、食堂、锅炉房、超市等）和其它区域、场所（培训楼、科技园、农发中心等）的控烟工作，

创建无烟学校指南

均由所属单位负责管理。

校园路面、绿化区及建筑物周边由保洁员、绿化工作人员和保卫处巡逻人员负责管理。

网格化细分的结果做到了面上全覆盖、责任到单位、管控经常化，便于各单位主动工作，也便于学院进行综合评比和奖惩兑现。

三、建立学校控烟的长效工作机制

为加强控烟工作长效机制建设，学院重点从制度创新上下功夫，基本形成了一套完整的“全员、全时、全方位”的“三全”工作机制。

一是全员覆盖和全员参与。学院与中层单位签订了《创建无烟示范校工作责任书》，在明确创建工作责任区和工作任务的基础上，把创建工作任务分解细化，任务落实到具体部门和单位，责任落实到人。

二是全时监控和全过程管理。控烟工作办公室的成立和各种监督检查机制的有效实施，实现了包括寒暑假在内的全年常态化管理和全天候监控。如，学院控烟办公室实施的“一日三查”制度，即每天有专人在校园及教学区域内进行巡视检查，检查禁烟标志标识是否完好，是否及时制止违规吸烟行为、对违规人员进行批评教育，以确保全时监控和全过程管理的有效落实。

三是全方位管理。除在年度工作要点上明确增加创建无烟示范校的工作以外，在人事管理和考核工作中实行了控烟考核一票否决。凡控烟工作考核不合格的单位取消年度评先评优的资格，并在经济上给予处罚。修改了学生管理工作文件，增加了创建全国无烟示范校的内容。将学生有无违反禁烟规定，纳入到学生的年度评优工作。班级控

烟工作将与班主任和辅导员的考核挂钩。控烟工作办公室的成立使控烟工作由虚变实，专职人员的配备保证了日常工作的协调和日常事务的办理，也保证了简报编印和资料管理规范化。

在创建无烟示范学校近一年的工作中，我们通过声势浩大的宣传教育和严格细致的管理，全院师生员工对吸烟的危害有了更深刻的了解，控烟意识显著增强，控烟效果明显。学院严格落实了在教学区以及学生宿舍、食堂等生活区的所有室内和室外场所禁止吸烟。学院所属区域无烟草制品销售、烟草广告和烟草赞助促销活动，所有室内场所无吸烟区域、吸烟室及吸烟工具，规定区域内基本无人吸烟、无烟味、无烟头，偶尔发现有外来人员吸烟，也会很快被人制止。教职工在吸烟人数和吸烟数量上都有显著下降，已有不少以前烟瘾很大的教职工表示要尽量少吸烟，或争取戒烟，到目前有 12 人成功戒烟。暂时不能戒烟的同志，也都能按照规定到指定的吸烟区吸烟。通过创建无烟示范校工作，营造了积极向上、健康清新的校园氛围。

第四章 国家有关部委文件 对控烟的规定

教育部卫生部《无烟学校参考标准（适用于中等职业学校和中小学校、托幼机构及专门的未成年人校外活动场所）》

一、建立学校控烟制度

1. 建立由学校领导牵头，相关职能部门共同参与的控烟领导小组，相关职能部门职责明确。

2. 将控烟工作纳入学校年度工作计划，做到年初有计划，年终有总结。

3. 制定校内控烟管理规章制度。制度中应包括下列核心内容：

（1）学生禁止吸烟；

（2）任何人（包括外来人员）都不得在校园内吸烟；

（3）设立兼职控烟宣传员、监督员等，明确相关控烟人员的职责；

（4）将履行控烟职责的情况作为师生员工评优评先的参考指标之一。

二、创建学校无烟环境

1. 校园内（包括建筑物内，操场等室外区域）无人吸烟，校园内无烟蒂、无吸烟者。

2. 校园内重点区域，如大门、教学楼、实验室、行政楼、会议室、教师办公室、室内运动场、图书室、教职工和学生食堂、接待室、楼道、卫生间等有醒目的禁烟标识。

3. 校园内不设置吸烟点，不摆放烟具。
4. 校园内禁止烟草广告和变相烟草广告。
5. 校园内禁止出售烟草制品。

三、开展控烟宣传教育

1. 利用健康教育课或其他课程向学生传授烟草危害、不尝试吸烟、劝阻他人吸烟、拒绝吸二手烟等控烟核心知识和技能。

2. 充分运用主题班会、同伴教育、知识竞赛、板报、橱窗、广播等形式，向师生员工开展控烟宣传教育。

3. 利用5月31日世界无烟日开展控烟宣传活动。

4. 掌握师生员工吸烟动态，并对吸烟者进行劝阻。

四、加强控烟监督检查

1. 有明确的部门和人员负责学校控烟工作的经常性监督检查。

2. 师生员工有责任对在校园内吸烟者进行劝阻。

3. 定期组织对学校各部门、各班级控烟工作进行检查，每年至少一次。

教育部卫生部《无烟学校参考标准（适用于普通高等学校）》

一、建立学校控烟制度

1. 建立由学校领导牵头，相关职能部门共同参与的控烟领导小组，相关职能部门职责明确。

2. 将控烟工作纳入学校年度工作计划，做到年初有计划、年终有总结。

3. 制定校内控烟管理规章制度。制度中应包括下列核心内容：

创建无烟学校指南

(1) 任何人（包括外来人员）都不得在校园内指定吸烟区以外区域吸烟。

(2) 学校应设有兼职控烟监督员或巡视员，并有明确的工作职责。控烟监督员、巡视员应接受过相关的控烟知识培训。

(3) 将履行控烟职责的情况作为师生员工评优评先的参考指标之一。

(4) 教师不在学生面前吸烟，不接受学生敬烟，不向学生递烟。

(5) 教师应劝阻学生吸烟。

(6) 有鼓励或帮助教职员工戒烟的办法。

二、除指定室外吸烟区外全面禁烟，营造良好无烟环境

1. 校园内除指定的室外吸烟区外，其他区域无人吸烟，非吸烟区无烟蒂、无吸烟者。

2. 校园内重点区域，如大门、教学楼、宿舍楼、实验室、行政楼、会议室、教师办公室、室内运动场、图书馆、教职工和学生食堂、接待室、楼道、卫生间等有醒目的禁烟标识。

3. 非吸烟区不得摆放烟灰缸及其他烟具。

4. 吸烟区设置合理（室外、通风、偏僻）

5. 吸烟区悬挂、张贴烟草危害的宣传品。

6. 校园内禁止烟草广告和变相烟草广告。

三、开展多种形式的控烟宣传活动

1. 利用宣传栏、展版、广播、电视等形式进行控烟宣传。

2. 利用课堂、讲座等形式对学生开展控烟教育，将烟草危害、不尝试吸烟、劝阻他人吸烟、拒绝吸二手烟等内

容作为控烟核心知识点。

3. 将控烟教育纳入新生入学教育内容。
4. 利用世界无烟日开展控烟宣传活动。

四、加强控烟监督检查

1. 控烟监督员能认真履行劝阻吸烟人在非吸烟区吸烟的职责。

2. 全体师生员工均有对在校园内违反控烟规定的行为进行劝阻的义务。

3. 定期组织对学校各部门、各院系控烟工作进行检查，每年至少一次。

中国控制吸烟协会《无烟学校评估标准（适用于中等职业学校和中小学校、托幼机构及专门的未成年人校外活动场所）》

一、建立学校控烟制度……………15分

1. 建立由学校领导负责的控烟领导小组（3分）、相关职能部门共同参与，职责明确（1分）。

2. 将控烟工作纳入学校年度工作计划（1分），年初有实施方案（2分），年终有总结（1分）。

3. 制定校内控烟管理规章制度。制度中应包括下列核心内容（7分）：

- （1）学生禁止吸烟（1分）；
- （2）任何人不得在校园内吸烟（1分）；
- （3）设立兼职控烟监督员等，明确相关职责（1分）；
- （4）将履行控烟职责的情况作为师生员工评优评先的参考指标之一（1分）；

（5）禁止烟草广告、促销，不接受烟草企业捐赠和赞

创建无烟学校指南

助（2分）；

（6）对于违反控烟制度有相应处理办法或措施（1分）。

二、创建学校无烟环境……………35分

1. 校园内无烟蒂（10分）、无吸烟者（10分）（每发现一个烟蒂扣1分、一个吸烟者扣1分，直至此项分扣完为止，不倒扣）。

2. 学校大门口有明显的校园内禁止吸烟标识（1分）。校内重点区域内，学生宿舍、食堂、教学区、卫生间（厕所）等设置醒目禁烟标志（2分，每发现缺一个扣0.5分，直至此项分扣完为止，不倒扣）

3. 校园内不设置吸烟点，不摆放烟具（4分，有即0分）。

4. 校园内无烟草广告和促销活动（3分），不接受捐赠和赞助（2分）。（共5分，有即0分）

5. 校园内禁止出售烟草制品（4分，有即0分）。

三、开展控烟宣传教育……………35分

1. 利用健康教育课或其他课程向学生传授烟草危害、不尝试吸烟、劝阻他人吸烟、拒绝吸二手烟等控烟核心知识和技能。学生每学期至少接受1次控烟教育并有教案或教学等记录（8分），有教学辅助材料（2分）。

2. 充分运用主题班会、同伴教育、知识竞赛、板报、橱窗、广播、网络等形式，向师生员工开展控烟宣传教育，每学期至少2次活动，2种形式，且有活动总结或记录（12分）

3. 利用5月31日世界无烟日开展控烟宣传活动，并有记录。（5分）

4. 鼓励师生参与控烟志愿活动，并有记录。（3分）

5. 掌握师生员工吸烟状况。（2分）

6. 有鼓励吸烟者戒烟的相关办法（3分）。

四、加强控烟监督检查……………15分

1. 有明确的部门和人员负责并开展学校控烟工作的经常性监督检查的方案（3分），并有监督检查记录（5分）。

2. 师生员工知晓在校园内应有对吸烟者进行劝阻的责任（2分，发现1人不知道扣0.5分，直至此项分扣完为止，不倒扣），幼儿园以检查教职员工为主。

3. 每年至少组织一次对各部门、各班级控烟工作进行检查，并有检查记录（5分）。

中国控制吸烟协会《无烟学校评估标准（适用于普通高等学校）》

一、建立学校控烟制度……………20分

1. 建立由学校领导负责控烟领导小组（3分），相关职能部门共同参与，职责明确（1分），各院系均有专人负责本院系的控烟工作（2分，一个院系没有扣0.5分，直至此项分扣完为止，不倒扣）。

2. 将控烟工作纳入学校的年度工作计划（2分），有具体实施方案（2分）和总结（1分）。

3. 制定校内控烟管理规章制度。制度中应包括下列核心内容（9分）：

（1）任何人都不得在非吸烟区内吸烟。（1分）。

（2）学校应设有专/兼职控烟监督员，并有明确的工作职责。控烟监督员应接受过相关的控烟知识培训。（1分）

（3）将履行控烟职责的情况作为师生员工评优评先的参考指标之一。（1分）

（4）教师不在学生面前吸烟，不接受学生敬烟，不向

创建无烟学校指南

学生递烟。(1分)

(5) 教师应劝阻学生吸烟。(1分)

(6) 鼓励并支持教职员工戒烟(1分)

(7) 禁止烟草广告、促销,不接受捐赠和赞助;(2分)

(8) 对于违反控烟管理规章制度的行为有处理办法或措施(1分)

二、除指定室外吸烟区外全面禁烟,营造良好无烟环境.....40分

1. 室内无烟蒂(10分)、无吸烟者(10分)(每发现一个烟蒂扣1分、一个吸烟者扣1分,直至此项分扣完为止,不倒扣)。

2. 校园内重点区域,如大门、教学楼、宿舍楼、行政楼、会议室、教师办公室、室内运动场、教职工和学生食堂、卫生间等有醒目的禁烟标识。(3分,每发现缺一个扣0.5分,直至此项分扣完为止,不倒扣)。

3. 非吸烟区不摆放烟具(5分,有即0分)

4. 在室外合理设置吸烟区,远离密集人群和必经通道(3分),并有醒目引导标志(2分)。

5. 吸烟区有烟草危害的宣传品。(2分)。

6. 校园内无烟草广告和促销活动(3分,有即0分),不接受烟草企业捐赠和赞助(2分,有即0分)。

三、开展多种形式的控烟宣传活动.....25分

1. 利用校园网、广播、校刊校报、宣传栏、电视等多种形式进行控烟宣传。宣传内容至少每季度更新一次,有记录(至少三种形式,5分)。

2. 利用专题报告、讲座、沙龙等形式对学生进行烟草危害、不尝试吸烟、劝阻他人吸烟、拒绝吸二手烟等控烟

宣传教育，每学期至少一次，有辅助控烟资料并且有相应记录（5分）。

3. 将控烟教育纳入新生入学教育内容，有计划，有记录（5分）。

4. 利用每年“世界无烟日”等卫生主题日积极开展控烟宣传活动，形式多样、内容丰富，并且留存相应总结或记录（5分）。

5. 鼓励学生参与社会控烟志愿活动，并有总结或记录（5分）

四、加强控烟监督检查……………15分

1. 控烟监督员接受过专门的控烟培训，具备相关知识和技能，有培训记录（2分），能认真履行职责，有定期巡视和检查的记录（5分）。

2. 师生员工知晓在校园内对吸烟者有进行劝阻的责任（3分，发现1人不知道扣0.5分，直至此项分扣完为止，不倒扣）。

3. 每年至少组织一次对各部门、各院系控烟工作进行检查，有检查记录（5分）。

幼儿园工作规程

（1996年3月9日国家教委令第25号发布）

第十五条“幼儿园内严禁吸烟。”

教育部关于发布《中小学生守则》、《小学生日常行为规范（修订）》和《中学生日常行为规范（修订）》的通知

（2004年5月14日教基[2004]6号，自2004年9月1

日起执行。)

小学生日常行为规范（修订）：

20、阅读、观看健康有益的图书、报刊、音像和网上信息，收听、收看内容健康的广播电视节目、**不吸烟、不喝酒、不赌博，远离毒品**，不参加封建迷信活动，不进入网吧等未成年人不宜入内的场所。敢于斗争，遇到坏人坏事主动报告。

中学生日常行为规范（修订）：

37、**珍爱生命，不吸烟，不喝酒，不滥用药物，拒绝毒品。**不参加各种名目的非法组织，不参加非法活动。

第五章 我国法律中有关 青少年控烟条款

中华人民共和国未成年人保护法

（1991年9月4日第七届全国人民代表大会常务委员会第二十一次会议通过，2006年12月29日第十届全国人民代表大会常务委员会第二十五次会议修订）

第二章 第十一条：“父母或者其他监护人应当关注未成年人的生理、心理状况和行为习惯，以健康的思想、良好的品行和适当的方法教育和影响未成年人，引导未成年人进行有益身心健康的活动，预防和制止未成年人吸烟、酗酒、流浪、沉迷网络以及赌博、吸毒、卖淫等行为。”

第四章 第三十七条：“禁止向未成年人出售烟酒，经营者应当在显著位置设置不向未成年人出售烟酒的标志；对难以判明是否已成年的，应当要求其出示身份证件。……任何人不得在中小学校、幼儿园、托儿所的教室、寝室、活动室和其他未成年人集中活动的场所吸烟、饮酒。”

第六章 第六十七条：“向未成年人出售烟酒，或者没有在显著位置设置不向未成年人出售烟酒标志的，由主管部门责令改正，依法给予行政处罚。”

中华人民共和国预防未成年人犯罪法

（1999年6月28日第九届全国人民代表大会常务委员第十次会议通过）

第三章 第十五条：“未成年人的父母或者其他监护人

创建无烟学校指南

和学校应当教育未成年人不得吸烟、酗酒。任何经营场所不得向未成年人出售烟酒。”

中华人民共和国烟草专卖法

（1991年6月29日第七届全国人民代表大会常务委员会第20次会议通过）

第一章第五条：“……国家和社会加强吸烟危害健康的宣传教育，禁止或者限制在公共交通工具和公共场所吸烟，劝阻青少年吸烟，禁止中小学生吸烟。”

第四章第十八条：“国家制定卷烟、雪茄烟的焦油含量级标准。卷烟、雪茄烟应当在包装上表明焦油含量级和“吸烟有害健康”。**第十九条**“禁止在广播电台、电视台、报刊播放、刊登烟草制品广告。”

中华人民共和国广告法

（1994年4月27日第八届全国人民代表大会常务委员会第10次会议通过）

第二章第十八条“禁止利用广播、电影、电视、报纸、期刊发布烟草广告。禁止在各类等候室、影剧院、会议厅堂、体育比赛场馆等公共场所设置烟草广告。烟草广告中必须标明“吸烟有害健康”。

第五章第四十二条“违反本法第十八条的规定，利用广播、电影、电视、报纸、期刊发布烟草广告，或者在公共场所设置烟草广告的，由广告监督管理机关责令负有责任的广告主、广告经营者、广告发布者停止发布，没收广告费用，可以并处广告费用一倍以上五倍以下的罚款。

烟草广告管理暂行办法

（1995年12月20日国家工商行政管理局令第46号发布，1996年12月30日第69号修订）

第三条 “禁止利用广播、电影、电视、报纸、期刊发布烟草广告，禁止在各类等候室、影剧院、会议厅堂、体育比赛场馆等公共场所设置烟草广告。”

第四条 “禁止利用广播、电视、电影节目以及报纸、期刊的文章，变相发布烟草广告。”

第六条 烟草广告中不得有下列情形：

- （一）吸烟形象；
- （二）未成年人形象；
- （三）鼓励、怂恿吸烟的；
- （四）表示吸烟有利人体健康、解除疲劳、缓解精神紧张的；

第八条 “在各类临时性广告经营活动中，凡利用烟草经营者名称、烟草制品商标为冠名、冠杯的，不得通过广播、电视、电影、报纸、期刊发布带有冠名、冠杯内容的赛事、演出等广告。”

第六章 世界卫生组织

《烟草控制框架公约》摘录

2003年5月21日，第56届世界卫生大会192个成员国一致通过了WHO《烟草控制框架公约》。这是世界卫生组织主持下的世界第一部国际公共卫生法律，现已成为联合国历史上获得最广泛接受的条约之一，表明了各国政府对关注人民健康、控制烟草达成了共识。

《公约》分序言和38个条款，有关条款摘录如下：

第I部分 引言

第1条 术语的使用

第2条 本公约与其他协定和法律文书的关系

第II部分 目标、指导原则和一般义务

第3条 目标

本公约及其议定书的目标是提供一个由各缔约方在国家、区域和全球各级实施烟草控制措施的框架，以便使烟草使用和接触烟草烟雾持续大幅度下降，从而保护当代和后代免受烟草消费和接触烟草烟雾对健康、社会、环境和经济造成的破坏性影响。

第4条 指导原则

各缔约方为实现本公约及其议定书的目标和实施其各项规定，除其他外，应遵循下列指导原则：

1. 宜使人人了解烟草消费和接触烟草烟雾造成的健康后果、成瘾性和致命威胁，并宜在适当的政府级别考虑有效的立法、实施、行政或其他措施，以保护所有人免于接

触烟草烟雾。

2. 在国家、区域和国际层面需要强有力的政治承诺以制定和支持多部门的综合措施和协调一致的应对行动。

3. 结合当地文化、社会、经济、政治和法律因素开展国际合作，尤其是技术转让、知识和经济援助以及提供相关专长，以制定和实施有效烟草控制规划，是本公约的一个重要组成部分。

4. 在国家、区域和全球各级采取多部门综合措施和对策以减少所有烟草制品的消费至关重要，以便根据公共卫生原则防止由烟草消费和接触烟草烟雾引起的疾病、过早丧失功能和死亡的发生。

5. 各缔约方在其管辖范围内明确与责任相关的事项是烟草综合控制的重要部分。

6. 宜在国家制定的可持续发展战略框架下认识和强调技术和财政援助的重要性，以便帮助发展中国家缔约方和经济转轨国家缔约方因烟草控制规划而使其生计受到严重影响的烟草种植者和工人进行经济过渡。

7. 为了实现本公约及其议定书的目标，民间社会的参与是必要的。

第 5 条 一般义务

1. 每一缔约方应根据本公约及其作为缔约方的议定书，制定、实施、定期更新和审查国家多部门综合烟草控制战略、计划和规划。

2. 为此目的，每一缔约方应根据其能力：

(a) 设立或加强并资助国家烟草控制协调机构或联络点；和

(b) 采取和实行有效的立法、实施、行政和 / 或其他

创建无烟学校指南

措施并酌情与其他缔约方合作，以制定适当的政策，防止和减少烟草消费、尼古丁成瘾和接触烟草烟雾。

3. 在制定和实施烟草控制方面的公共卫生政策时，各缔约方应根据国家法律采取行动，防止这些政策受烟草业的商业和其他既得利益的影响。

4. 各缔约方应开展合作，为实施本公约及其作为缔约方的议定书制定提议的措施、程序和准则。

5. 各缔约方应酌情同有关国际和区域政府间组织及其他机构合作，以实现本公约及其作为缔约方的议定书的目标。

6. 各缔约方应在其拥有的手段和资源范围内开展合作，通过双边和多边资助机制为本公约的有效实施筹集财政资源。

第 III 部分 减少烟草需求的措施

第 6 条 减少烟草需求的价格和税收措施

1. 各缔约方承认价格和税收措施是减少各阶层人群特别是青少年烟草消费的有效和重要手段。

2. 在不损害各缔约方决定和制定其税收政策的主权时，每一缔约方宜考虑其有关烟草控制的国家卫生目标，并酌情采取或维持可包括以下方面的措施：

(a) 对烟草制品实施税收政策并在适宜时实施价格政策，以促进旨在减少烟草消费的卫生目标；和

(b) 酌情禁止或限制向国际旅行者销售和 / 或由其进口免除国内税和关税的烟草制品。

第 7 条 减少烟草需求的非价格措施

各缔约方承认综合的非价格措施是减少烟草消费的有效和重要手段。

第 8 条 防止接触烟草烟雾

1. 各缔约方承认科学已明确证实接触烟草烟雾会造成死亡、疾病和功能丧失。

2. 每一缔约方应在国家法律规定的现有国家管辖范围内采取和实行，并在其他司法管辖权限内积极促进采取和实行有效的立法、实施、行政和 / 或其他措施，以防止在室内工作场所、公共交通工具、室内公共场所，适当时，包括其他公共场所接触烟草烟雾。

(2007 年 6 月，第二次缔约方会议在泰国曼谷召开。会议通过了第 8 条的《实施准则》。提出的 7 点实施准则是：①要建立 100% 的无烟环境，特别强调 100% 无烟环境之外的任何做法都是无效的，二手烟没有安全暴露水平；②所有室内工作场所和室内公共场所都应该无烟的；③必须以立法的方式以防止公众接触烟草烟雾；④制定周密的计划和筹备充分的资源至关重要；⑤积极发挥民间社会组织的作用；⑥要监测和评估无烟法的实施和执行情况及对社会的影响；⑦防止接触烟草烟雾的工作应予以加强和扩大。)

第 9 条 烟草制品成分管制

第 10 条 烟草制品披露的规定

第 11 条 烟草制品的包装和标签

1. 每一缔约方应在本公约对该缔约方生效后三年内，根据其国家法律采取和实行有效措施以确保：

(a) 烟草制品包装和标签不得以任何虚假、误导、欺骗或可能对其特性、健康影响、危害或释放物产生错误印象的手段推销一种烟草制品，包括直接或间接产生某一烟草制品比其他烟草制品危害小的虚假印象的任何词语、描

创建无烟学校指南

述、商标、图形或任何其他标志。其可包括“低焦油”、“淡味”、“超淡味”或“柔和”等词语；和

(b) 在烟草制品的每盒和单位包装及这类制品的任何外部包装和标签上带有说明烟草使用有害后果的健康警句，并可包括其他适宜信息。这些警句和信息：

(i) 应经国家主管当局批准，

(ii) 应轮换使用，

(iii) 应是大而明确、醒目和清晰的，

(iv) 宜占据主要可见部分的 50% 或以上，但不应少于 30%，

(v) 可采取或包括图片或象形图的形式。

第 12 条 教育、交流、培训和公众意识

第 13 条 烟草广告、促销和赞助

1. 各缔约方认识到广泛禁止广告、促销和赞助将减少烟草制品的消费。

2. 每一缔约方应根据其宪法或宪法原则广泛禁止所有的烟草广告、促销和赞助。根据该缔约方现有的法律环境和技术手段，其中应包括广泛禁止源自本国领土的跨国广告、促销和赞助。就此，每一缔约方在公约对其生效后的五年内，应采取适宜的立法、实施、行政和 / 或其他措施，并按第 21 条的规定相应地进行报告。

3. 因其宪法或宪法原则而不能采取广泛禁止措施的缔约方，应限制所有的烟草广告、促销和赞助。

4. 根据其宪法或宪法原则，每一缔约方至少应：

(a) 禁止采用任何虚假、误导或欺骗或可能对其特性、健康影响、危害或释放物产生错误印象的手段，推销烟草制品的所有形式的烟草广告、促销和赞助；

第 14 条 与烟草依赖和戒烟有关的降低烟草需求的措施

第 IV 部分 减少烟草供应的措施

第 15 条 烟草制品非法贸易

第 16 条 向未成年人销售和由未成年人销售

1. 每一缔约方应在适当的政府级别采取和实行有效的立法、实施、行政或其他措施禁止向低于国内法律、国家法律规定的年龄或 18 岁以下者出售烟草制品。这些措施可包括：

(a) 要求所有烟草制品销售者在其销售点内设置关于禁止向未成年人出售烟草的清晰醒目告示，并且当有怀疑时，要求每一购买烟草者提供适当证据证明已达到法定年龄；

(b) 禁止以可直接选取烟草制品的任何方式，例如售货架等出售此类产品；

(c) 禁止生产和销售对未成年人具有吸引力的烟草制品形状的糖果、点心、玩具或任何其他实物；以及

(d) 确保其管辖范围内的自动售烟机不能被未成年人所使用，且不向未成年人促销烟草制品。

2. 每一缔约方应禁止或促使禁止向公众尤其是未成年人免费分发烟草制品。

3. 每一缔约方应努力禁止分支或小包装销售卷烟，因这种销售会提高未成年人对此类制品的购买能力。

4. 各缔约方认识到，防止向未成年人销售烟草制品的措施宜酌情与本公约中所包含的其他规定一并实施，以提高其有效性。

5. 当签署、批准、接受、核准或加入本公约时，或在

创建无烟学校指南

其后的任何时候，缔约方可通过有约束力的书面声明表明承诺在其管辖范围内禁止使用自动售烟机，或在适宜时完全禁止自动售烟机。依据本条所作的声明应由保存人周知本公约所有缔约方。

6. 每一缔约方应采取和实行有效的立法、实施、行政或其他措施，包括对销售商和批发商实行处罚，以确保遵守本条第 1-5 款中包含的义务。

7. 每一缔约方宜酌情采取和实行有效的立法、实施、行政或其他措施，禁止由低于国内法律、国家法律规定的年龄或 18 岁以下者销售烟草制品。

第 17 条 对经济上切实可行的替代活动提供支持

第 V 部分 保护环境

第 VI 部分 与责任有关的问题

第 VII 部分 科学和技术合作与信息通报

第 VIII 部分 机构安排和财政资源

第 IX 部分 争端解决

第 X 部分 公约的发展

第 XI 部分 最后条款