



# 全面无烟公共场所和工作场所创建指南

## Guideline for 100% Smokefree Public Places and Workplaces



中国疾病预防控制中心 控烟办公室

本指南主要供各行业/机构的管理人员、卫生专业人员和其他相关人员使用，是支持和实施全面无烟政策工具包的一部分，目的是降低人群与烟草相关疾病的发病率和死亡率。本指南提供全面无烟公共场所和工作场所的标准、全面无烟公共场所和工作场所创建的最佳实践，同时鼓励各机构创建当地的经验。

# 目 录

主编： 杨功焕	背景	2
	创建全面无烟公共场所和工作场所的目标	3
副主编： 杨焱 姜垣	创建全面无烟公共场所和工作场所的意义	4
	创建全面无烟公共场所和工作场所的标准	6
编写人员： 南奕 顾轶婷 甘泉 李强	创建全面无烟公共场所和工作场所的五大策略	7
	全面无烟公共场所和工作场所的实施步骤	8
	步骤一 准备	10
	步骤二 启动	13
	步骤三 实施	14
	步骤四 评估	16
	步骤五 维持	17
	附件一 相关术语	18
	附件二 参考资料	19

吸烟是当今最大的可预防的死因。自20世纪50年代以来，全球范围内已有大量研究证实，吸烟和被动吸烟是导致各种疾病的危险因素。烟草已成为全球前八位死因中六位的主要危险因素。自2000年起我国每年有100万人死于吸烟相关疾病，如不改变这种状况，2020年死于吸烟相关疾病的人数将增至200万，2050年可达300万。

目前我国约有3.5亿吸烟者。同时，有5.4亿非吸烟者遭受二手烟暴露的危害。家庭、公共场所和工作场所都是遭受二手烟暴露的地方。当空气受到烟草烟雾污染时，特别是处于密闭环境中时，所有身处其中的人都会吸入二手烟雾，非吸烟者会在非自愿的情况下遭受其害。

为了减少烟草危害，世界卫生组织制定并通过了《烟草控制框架公约》。2005年8月，全国人大常委会表决批准了该公约，并于2006年1月在中国正式生效。《烟草控制框架公约》第8条明确提出了防止接触烟草烟雾、创建无烟环境的措施。同时，为指导其执行，世界卫生组织还制定了《防止接触烟草烟雾准则》。按照《烟草控制框架公约》及《防止接触烟草烟雾准则》的要求，中国应于《烟草控制框架公约》生效5年内，在所有室内公共场所、室内工作场所、公共交通工具和其他可能的室外公共场所完全禁止吸烟。



## 二手烟的危害

1. 二手烟中含有几百种已知的有毒或致癌物质，包括甲醛、苯、氯乙烯、砷、氨和氢氰酸等，与吸烟者本人吸入的烟雾相比，有些有毒或致癌物质的浓度更高
2. 二手烟已被确认为人类A类致癌物质
3. 即使短暂暴露于二手烟中，也会增加心脏病发作的危险
4. 二手烟可导致冠心病的风险提高25%–30%，肺癌的风险提高20%–30%

- 提高公众对二手烟危害的认识
- 增强场所内人群对无烟环境创建和维护的意识
- 强化公共场所及工作场所内无烟环境制度的执行
- 创建全面无烟的公共场所及工作场所，增加符合标准的无烟场所/机构的比例，为出台全面无烟公共场所政策提供依据
- 降低人群在公共场所和工作场所的二手烟暴露



全面无烟公共场所和工作场所是唯一能够保护所有人免遭二手烟危害的手段。许多国家以及数百个地区、城市，如墨西哥、乌拉圭等都已经实施了法律，要求所有室内工作场所和公共场所完全无烟化。实践证明，完全无烟环境在各种社会都是现实可行的。



卫生部发布的《2007年中国控制吸烟报告》明确指出：二手烟不存在所谓的“安全暴露”水平。如果有人室内吸烟，即使使用通风、空气过滤等装置，或在室内设置任何形式的吸烟室（无论是否有专门的通风系统），都达不到全面无烟的要求。多项研究证明，保护人们不受二手烟危害唯一有效的方法就是使室内场所完全无烟。

## ■ 改善健康

创建全面无烟公共场所和工作场所能够最大限度地维护场所内人群的健康。无烟政策的出台，可以很快提高空气质量，同时创造不受烟草危害的工作环境，避免二手烟造成的危害，使得场所内的人群及工作人员拥有一个健康、清洁的环境，减少人群患病率。全面无烟公共场所和工作场所还可以帮助想戒烟的人戒烟，从而降低人群的吸烟率。

## ■ 保持清洁

全面无烟室内场所可以避免因吸烟而造成办公室、会议室等场所空气环境的严重污染，减少到处散落的烟灰和烟蒂，维持良好的卫生状况，从而降低清洁的成本；无烟场所可以避免办公家具、设备、文件资料等办公用品免受吸烟而造成的烟熏或烧损，降低相应的更换成本；无烟场所也可减少空调及通风设备因烟灰等污染物进入造成的损耗，减少维修费用。

## ■ 更加安全

无烟场所不仅对人群的健康是安全的，而且能够避免因吸烟不慎造成的火灾。

## ■ 提升形象

无烟公共场所及工作场所能够提高该场所/机构的整体形象，赢得更多的效益。场所内全面禁烟已成为世界发展的趋势。

## ■ 增加效益

全面无烟的措施实施起来是最符合成本效益的。研究表明，全面无烟不会对经济带来负面的影响。全面无烟措施以相对较低的花费拯救生命，员工的健康有了保障，就会减少患病率，精神饱满地投入工作，从而提高工作效率，使得场所获得更多的经济效益，包括提高员工的生产力、降低员工生病的机会、减少伤害和火灾发生的风险等。

新西兰2007年烟草税收报告指出，2005年新西兰由吸烟引发火灾所照成的财产损失约为150万美元，约占新西兰当年GDP的0.01%。

多项研究显示，无烟法不会造成不良的经济影响。在台湾，无烟化带来的经济效益达到每年10亿美元以上；如果美国所有工作场所都实现无烟的话，那么在第一年便可节省超过六千万美元的医疗费用；在纽约市无烟法律生效后的第一年，该市的酒吧及餐厅营业税增加了8.7%，餐饮业增加了1万多个就业机会。

## 创建全面无烟公共场所和工作场所应遵循以下原则：

1. 法律原则：无烟政策的实施是防止接触二手烟，保护公众健康的最有效的措施。国家、地方和各个行业都应当积极促进立法，并确保有效执行。
2. 普遍保护原则：所有人都有享有健康、免受二手烟危害的权利。应确保不吸烟者在所有室内公共场所、室内工作场所、公共交通工具和其它可能的（室外或准室外）公共场所免于接触二手烟。
3. 100%室内无烟原则：100%室内无烟要符合全面无烟标准。不存在符合安全标准的二手烟暴露水平，不能依靠通风技术来控制接触二手烟的健康风险。全面无烟是唯一能够有效保护所有人免遭二手烟危害的手段。
4. 周密的计划和充足的资源：周密的计划和充足的资源对无烟环境立法的圆满执行和实施至关重要。
5. 发挥非政府组织的力量：全面无烟公共场所和工作场所需要充分发挥非政府组织的力量。

## 全面无烟公共场所或工作场所必须达到以下标准：

- 所有室内场所应做到无人吸烟、无烟味、无烟头
- 有符合创建全面无烟环境原则的控烟制度和有效的实施措施
- 室内场所无吸烟区域、吸烟室及吸烟工具
- 场所入口处有明确的提示进入无烟场所标识，场所内所有区域有明显的禁烟标识，有配合无烟环境创建的宣传
- 设有控烟监督员，对场所内的吸烟行为进行劝阻
- 所属区域内无烟草制品销售，无烟草广告，无烟草赞助与促销活动



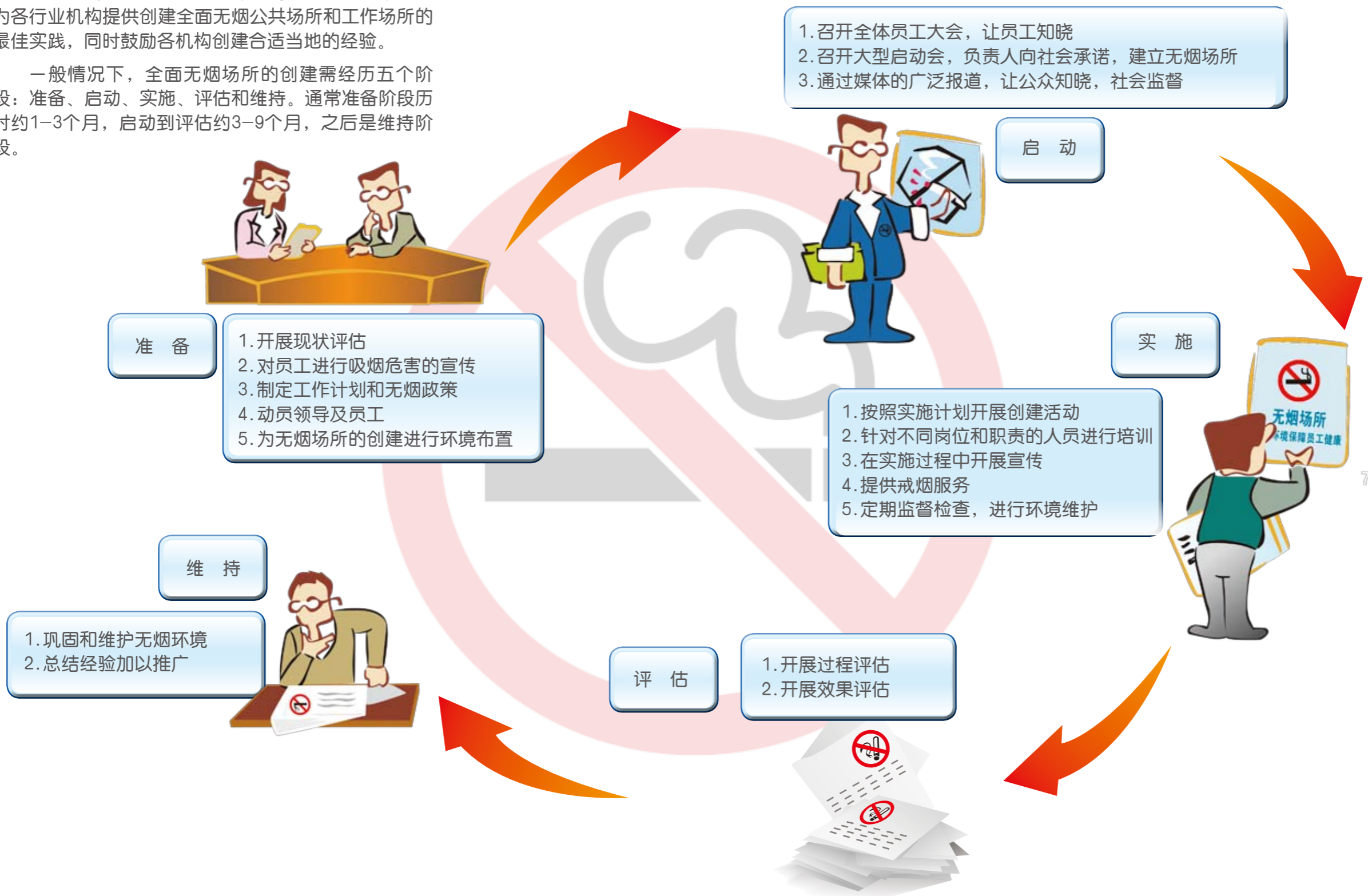
- 制定符合全面无烟标准的制度
- 场所内有专人负责控烟工作
- 对工作人员开展吸烟和二手烟暴露危害的培训
- 通过媒体对全面无烟环境进行宣传、报道
- 加强监督与评估，确保无烟场所的实现

## 核心信息

1. 二手烟中含有多种致癌物质
2. 二手烟能导致肺癌、冠心病、呼吸系统疾病等多种疾病
3. 保护非吸烟者免遭二手烟危害
4. 只有全面无烟才能保护不吸烟者的健康
5. 全面无烟公共场所和工作场所能够最大限度地保护场所内人群的健康
6. 全面无烟环境应做到无人吸烟、无烟味、无烟头
7. 非吸烟者有呼吸清新空气的权利
8. 室内设置吸烟区或使用通风设备都不能消除二手烟的危害

根据国内外创建全面无烟环境的成功经验，本指南为各行业机构提供创建全面无烟公共场所和工作场所的最佳实践，同时鼓励各机构创建合当地的经验。

一般情况下，全面无烟场所的创建需经历五个阶段：准备、启动、实施、评估和维持。通常准备阶段历时约1-3个月，启动到评估约3-9个月，之后是维持阶段。



## 步骤一 准备

建议在正式宣布创建全面无烟场所前进行充足的准备工作，了解创建机构的准备状态及现状，动员领导层及员工，营造支持性环境。准备阶段一般不要超过3个月。

推荐活动如下：

### ■ 开展现状评估

可以通过对员工进行问卷调查、对领导和管理层进行访谈、对机构内的无烟情况进行观察和纪录等方式开展现状评估。许多机构可能已经实施了一些无烟政策或其他相关工作，为此，有必要对这些工作进行评价，以便更好地进入全面无烟场所的创建。

评估内容	指标	评估方法
准备状态	机构内现有无烟政策法规	文献回顾
	控烟领导小组	领导者访谈
	现有资源	领导者访谈 文献回顾
	领导班子吸烟情况及对工作的支持态度	领导者访谈
无烟环境情况	二手烟暴露情况	观察法
	无烟环境布置情况	观察法
人群吸烟和二手烟暴露情况	人群吸烟情况和二手烟暴露情况	问卷调查 观察法
	人群对吸烟和二手烟暴露危害的认识	问卷调查 观察法
	人员准备状态	小组访谈

### ■ 对员工进行吸烟危害的宣传

对员工集中开展多次不同形式的吸烟与二手烟健康危害的宣传。开展控烟讲座，特别是禁止室内公共场所和工作场所吸烟规定背景和要点的讲座。

### ■ 制定工作计划和无烟政策

由控烟工作小组负责，参考现状评估结果和全面无烟环境标准，制定本单位工作计划和无烟政策。组织员工代表对禁烟标志、健康警句、宣传材料等的设置进行讨论。建立健全控烟监督管理机制，设立控烟监督员，并设立监督举报电话。

#### 工作计划框架

1. 明确创建全面无烟场所工作的各部门及职责
2. 讨论制定无烟政策的具体内容
3. 通过无烟政策的程序
4. 讨论召开启动会的形式
5. 无烟政策的实施，包括执行和监督
6. 确定控烟宣传的策略和途径
7. 制定员工的培训计划
8. 如何为吸烟员工提供戒烟支持
9. 如何开展监督与评估

#### 制定全面无烟政策的要点

1. 对全面无烟的明确定义
2. 明确指出本单位的禁烟区域
3. 对本单位工作人员的要求和限定
4. 对来访者的要求和限定
5. 烟草制品销售、广告和赞助的禁令
6. 在本单位任何地方均不能摆放烟具的禁令
7. 明确奖惩制度
8. 明确各部门职责，明确控烟监督员的责任
9. 公布监督电话和投诉程序
10. 提供戒烟服务的细节
11. 无烟政策开始执行的时间，具体负责的部门

## ■ 动员领导及员工

成立一个以单位一把手为组长的工作小组，各部门负责人参与，确保无烟场所的建设得到领导班子的大力支持。领导班子成员带头不吸烟。组织员工代表对工作计划和禁烟规定的内容、各岗位在执行过程中的职责进行讨论和确定，并向全单位告知，以获得无烟场所创建的支持。



## ■ 为无烟环境的创建进行环境布置

根据机构的具体情况在场所内相应区域设置明显的禁烟标识，场所入口处设置醒目的禁烟标识。场所内开展配合无烟环境创建的相应宣传，包括展板、横幅和移动电视等。在室外区域设置符合标准的吸烟区，并进行指引。和媒体进行沟通，确定有效的宣传形式和渠道。



## 步骤二 启动

正式启动无烟机构的创建工作。最好在全体员工大会等机构重要会议上对无烟政策的启动进行正式宣布，让所有部门和员工知晓。

推荐活动如下：

### ■ 召开全体员工大会，让员工知晓

由负责人在员工大会上介绍启动无烟单位的背景和原因。公布本单位禁烟规定，对创建活动的主要内容通过行政、党团工会系统传达到所有部门和员工。

### ■ 召开大型启动会，负责人向社会承诺，建立无烟场所

由负责人在启动会上向社会宣布本单位无烟场所创建活动的启动，宣布无烟单位的创建，发起倡议，对公众进行承诺。

### ■ 通过媒体的广泛报道，让公众知晓，社会监督

邀请媒体参加启动会，通过媒体报道该场所的无烟环境创建启动的新闻，向社会宣布正式建立无烟单位，向社会发布《承诺书》，并公布监督举报电话，欢迎社会监督。承诺书应该放在场所的入口处、宣传栏和醒目位置。

## 承诺书

本单位自 年 月 日起正式建立全面无烟场所，欢迎社会监督。

法人代表（负责人）签字

日期

控烟负责人签字

日期

监督电话



## 步骤三 实施

宣布无烟政策启动后，需要有一系列后续的措施和活动来执行和监督无烟政策的实施，创造和维护场所内全面无烟环境。

推荐活动如下：

### ■ 按照实施计划开展创建活动

有计划地组织各类控烟主题活动，组织吸烟和二手烟暴露危害知识、遵守规则等内容的讲座。可以邀请专家对员工进行学术讲座，可以在机构内开展控烟知识大赛，也可以在机构常规员工活动中加入无烟环境创建的内容，充分调动员工的积极性。安排人员和场地，在机构的各类会议中开展多种形式的控烟宣传。

### ■ 针对不同岗位和职责的人员培训

应针对全体员工、监督员、控烟工作小组成员开展不同层面的培训，赋予执行无烟制度的人员相应的职责，并告知他们如何执行无烟制度，通过培训加强无烟政策的有效执行。在聘用新员工时，也要加强对无烟环境创建的培训，要告知本单位是无烟单位，在新人培训时告知其无烟场所的有关规定。

培训对象	培训内容	培训目的
全体员工	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 吸烟和二手烟暴露的危害</li> <li>2. 创建全面无烟环境的意义</li> <li>3. 政策执行的细节（奖惩制度）</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解吸烟和二手烟暴露造成的危害</li> <li>2. 理解无烟政策的理论</li> <li>3. 熟悉如何遵守规定</li> </ol>
控烟监督员	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 吸烟和二手烟暴露的危害</li> <li>2. 创建全面无烟环境的意义</li> <li>3. 政策执行的细节（奖惩制度）</li> <li>4. 对来访者的提醒、引导及劝阻吸烟技巧</li> <li>5. 核心信息</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解吸烟和二手烟暴露造成的危害</li> <li>2. 理解无烟政策的理论</li> <li>3. 熟悉如何遵守规定</li> <li>4. 知道吸烟者在哪儿不能吸烟，只能到指定的室外吸烟区吸烟</li> <li>5. 使用核心信息以降低不遵守政策的可能性</li> </ol>
控烟工作组	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 吸烟和二手烟暴露的危害</li> <li>2. 创建全面无烟环境的意义</li> <li>3. 政策执行的细节（奖惩制度）</li> <li>4. 全面无烟环境创建的最佳实践</li> <li>5. 核心信息的开发和应用</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解吸烟和二手烟暴露造成的危害</li> <li>2. 理解无烟政策的理论</li> <li>3. 熟悉如何遵守规定</li> <li>4. 知道如何创建和维护全面无烟环境</li> <li>5. 掌握针对本机构开发核心信息的能力</li> <li>6. 如何支持吸烟者戒烟</li> </ol>

### ■ 在实施过程中开展宣传

对机构领导层进行宣传动员，获得领导的持续支持。在场所内开展多种形式的正面宣传，让场所内人群及员工知晓吸烟及二手烟的危害、场所内的无烟规定等。通过宣传，让公众知晓无烟机构创建工作，欢迎公共监督。充分利用媒体的力量，追踪亮点活动，并接受媒体监督。各机构还可以根据情况创建各自合适的方式进行宣传。



### ■ 提供戒烟服务

寻求专业部门的支持，包括对无烟环境创建的技术指导和支持、以及提供戒烟帮助等。收集制作健康教育材料，开展吸烟危害教育及戒烟动员。举办各类活动、介绍戒烟的益处、教育员工如何获得戒烟支持和相关资源，如何获得同事、朋友及家人的支持，以及分享成功戒烟的经验。选择适当的戒烟资源，如专业的戒烟门诊及相关机构等，寻求专业机构的帮助。评价提供戒烟帮助的效果，从而帮助改善戒烟帮助措施。

### ■ 定期监督检查，进行环境维护

按照规定，明确不同岗位和职责的员工应履行的控烟职责。监督员联合工作小组组织内部日常的监督检查。一般情况下，无烟政策开始实施的前3个月要每周进行督导检查，并反馈实施结果，以无人吸烟、无烟味、无烟头为指标，根据实施情况酌情调整监督检查频率，从每周一次调整到每月一次，一年以后在实施状况良好的情况下可以半年一次进行监督检查。

## 步骤四 评估

在整个创建过程中，需要建立一套过程和效果评估机制，了解工作计划的完成情况，并在同行业或机构内及时进行调整；评价无烟场所的创建效果，总结成功和失败经验。

### 过程评估指标

1. 是否按指南完成所有工作
2. 监督员人数和工作情况
3. 控烟计划实施情况
4. 培训内容、次数及受训者反应
5. 定期公布执行情况的报表（有多少人在哪些地方吸烟）

### 效果评估指标

1. 符合全面无烟环境标准的场所创建比例
2. 室内公共场所和工作场所二手烟暴露比例
3. 员工戒烟比例
4. 员工对吸烟和二手烟暴露的认识
5. 员工支持室内公共场所和工作场所禁烟的态度



## 步骤五 维持

对如何成功创建全面无烟环境，各行业或机构都处于探索阶段，应当总结成功经验和典型事例，并在同行业或机构内进行推广。

推荐活动如下：

### ■ 巩固和维护无烟环境

在原有工作的基础上继续巩固和加强全面无烟环境的维护，将无烟场所创建和维护纳入机构常规工作，最终降低二手烟危害，保护人群健康。

### ■ 总结经验加以推广

总结成功经验，归纳不足，对成功经验和成功案例进行广泛报道，向本行业其他场所介绍和推广成功经验，并接受观摩。



对于那些准备创建全面无烟公共场所和工作场所的机构来说，在无烟政策制定、执行和监督等过程中，有必要明确一些重要定义：

- **吸二手烟：**指不吸烟者吸入吸烟者呼出的烟雾及卷烟燃烧产生的烟雾。
- **吸烟：**拥有或支配点燃的烟草制品，而无论是否实际吸入或呼出烟雾。
- **全面无烟：**全面无烟是指室内拥有100%无烟的空气，空气中不存在二手烟。全面无烟应符合无人吸烟、无烟味、无烟头。
- **室内场所：**室内场所不仅仅是指全面封闭的场所。只要该区域包括有顶部的遮蔽，或者有多处墙壁或侧面环绕，该区域都定义为“室内场所”。
- **公共场所：**公共场所涵盖公众可以进入的所有场所，或供集体使用的场所，无论其所有权或进入权。
- **工作场所：**工作人员在其就业或工作期间使用的任何场所。不仅包括进行工作的场所，还包括工作人员在就业期间使用的附属或关联场所，如走廊、升降梯、楼梯间、大厅、联合设施、咖啡厅、洗手间、休息室、餐厅等，工作期间使用的车辆也属于工作场所。
- **公共交通工具：**公共交通是指用于运载公众以换取报酬或商业利益的任何车辆，包括出租汽车。

1. 《世界卫生组织烟草控制框架公约》（世界卫生组织）  
[http://www.who.int/fctc/text\\_download/zh/index.html](http://www.who.int/fctc/text_download/zh/index.html)
2. 《2007年中国控制吸烟报告》（卫生部履行《烟草控制框架公约》领导小组办公室）
3. 《无烟工作场所实施指南》（中国疾控中心控烟办公室）
4. 《无烟机关实施指南》（中国疾控中心控烟办公室）
5. 《无烟医院实施指南》（中国疾控中心控烟办公室）
6. 《无烟酒店（宾馆）实施指南》（中国疾控中心控烟办公室）
7. 《无烟餐厅实施指南》（中国疾控中心控烟办公室）
8. 《无烟出租车实施指南》（中国疾控中心控烟办公室）
9. 《无烟医疗卫生机构创建指南》（国际防痨和肺部疾病联合会）  
<http://www.tobaccofreeunion.org/content/zh/227/>
10. 《呼吁无烟世界的全球之声 迈向无烟未来 2007年现状报告》  
（全球之声、全球无烟合作伙伴、框架公约联盟）  
<http://www.globalsmokefreepartnership.org>
11. 《医院控制吸烟指导手册》（中国控制吸烟协会、中国医院协会）
12. 《健康2008 珍爱生命 远离烟草》（北京市卫生局）
13. 《创无烟医院 做控烟表率》（北京市卫生局、北京市疾控中心健康教育所）
14. 《清新校园 无烟行动——花季篇（中学生版）》（北京市爱国卫生委员会、北京市教育委员会、北京市疾病预防控制中心、中国控烟协会青少年控烟专业委员会）
15. 《无烟食肆简易实施指引》（香港卫生署控烟办公室）  
[http://www.tco.gov.hk/tc\\_chi/downloads/downloads\\_guidelines.html](http://www.tco.gov.hk/tc_chi/downloads/downloads_guidelines.html)
16. 《无烟工作间简易实施指引》（香港卫生署控烟办公室）  
[http://www.tco.gov.hk/tc\\_chi/downloads/downloads\\_guidelines.html](http://www.tco.gov.hk/tc_chi/downloads/downloads_guidelines.html)
17. 《校园全面控烟措施实施指引》（香港卫生署控烟办公室）  
[http://www.tco.gov.hk/tc\\_chi/downloads/downloads\\_guidelines.html](http://www.tco.gov.hk/tc_chi/downloads/downloads_guidelines.html)
18. 《Guide for a tobacco-free campus》（Action on Smoking and health Australia）  
<http://www.ashaust.org.au/pdfs/TFcampusGuideAus09.pdf>
19. 《Making Your Workplace Smokefree – A Decision Maker’s Guide》（U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention Office on Smoking and Health, Wellness Councils of America, American Cancer Society）  
[http://www.acsf2f.com/gaso/GASO\\_2007\\_website/Worksite/Making\\_Workplace\\_Smokefree.pdf](http://www.acsf2f.com/gaso/GASO_2007_website/Worksite/Making_Workplace_Smokefree.pdf)
20. 《Advocation for A Tobacco-free Campus》  
A manual for college and university students (American Cancer Society)  
[http://www.cancer.org/docroot/COM/content/div\\_NE/COM\\_11\\_1x\\_Advocating\\_For\\_a\\_Tobacco-Free\\_Campus.asp](http://www.cancer.org/docroot/COM/content/div_NE/COM_11_1x_Advocating_For_a_Tobacco-Free_Campus.asp)



中国疾病预防控制中心控烟办公室

地址：北京市宣武区南纬路27号

电话：8610-59361505

传真：8610-59361526

邮编：100050

网址：[www.notc.org.cn](http://www.notc.org.cn)