

QINGHAIMINZUCHUBANSHE

香烟

的诱惑

翟松天
编著



青 海 民 族 出 版 社

翟松天 编著

青海民族出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

香烟的诱惑/翟松天编著. —西宁: 青海民族出版社,
2005. 5

ISBN 7-5420-1103-0

I. 香… II. 翟… III. 戒烟—通俗读物
IV. C913.8-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 044284 号

香 烟 的 诱 惑

翟松天 编著

出 版	青海民族出版社 (西宁市同仁路 10 号)
发 行	邮政编码 810001 电话 (0971) 6143426 (总编室) 发行部 (0971) 6143516 6123221
印 刷	青海西宁印刷厂
经 销	新华书店
开 本	880mm × 1230mm 1/32
印 张	9
字 数	16 万
版 次	2005 年 5 月第 1 版
印 次	2005 年 5 月第 1 次印刷
印 数	1-2 000
书 号	ISBN 7-5420-1103-0/G·707
定 价	18.00 元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

前 言

香烟，这是人们已经谈论了至少 500 多年的话题。在当今世界，它仍然是社会学领域一个时髦而沉重的话题。

人类自身有诸多弱点，追求刺激的本能便是其中之一，相当一些人经不起香烟、美女、兴奋剂等诱惑，便是证据。

科学进步至今天，人们对于香烟这一特殊消费品的认识不能说已经全面、深刻了，而且一系列的矛盾并未得到缓解：一方面科学界早已一而再再而三地大声疾呼，吸烟正在毒化我们的社会，不仅污染了物质的环境和精神的世界，而且导致的悲剧在世界各地时有发生；不仅有害身体健康，而且由此造成的国力损失（包括对国民的体质损害、由此而引发的各种疾病的医药费开支增加以及人口死亡，还有大量土地资源的消耗等等）正在逐步加重……另一方面，在绝大多数国家，烟民队伍却在不断扩大，香烟的生产规模和国家的税收在不断增加。

吸烟无益，但“不为无益之事何以遣有涯之生？”“世界第一女记者”法拉奇，一位富有激情和斗志的女性，她

写作时每天要抽 60 支烟，使自己一直处于亢奋之中，她的作品既具华彩而又魅力无穷。梁实秋，中国现代的散文大家，天涯羁旅、留学在外时开始吸烟，一发不可收拾，其烟龄有几十个春秋之长。丘吉尔，91 岁的生命历程坎坷曲折，这位二战期间叱咤风云、力挽暮气已沉的大英帝国的首相，手夹雪茄、满目沉思的形象已经定格在世人的记忆中。朱自清曾将抽烟概括为“游戏三昧”，足见“它可以领你走到顶远的地方去”的意韵所在。

黄昏时分，很多奔波一天的男士回到家中，总要点燃一支香烟，轻松一下。深夜，万籁无声之际，伏案疾书的文人更喜欢点燃一支烟，沉思遐想，吞云吐雾后精神倍增，灵感突至。忧烦不快之日，衔一支香烟，借袅袅的烟雾吐出心中的郁闷之气，倒也觉得畅快顺和了许多。闲遐、无聊之时，吸着香烟与人悠然攀谈，惬意中似乎还有几分洒脱。于是乎，上至达官贵人，下到平民百姓，都不乏钟爱者。更有不谙世事、盲目效颦的少年，主动地成群地加入到了“瘾君子”的行列。

在当今世界各国，吸烟已成为一个相当大的人群的习惯，成为一种“势力”，习惯势力是一种可怕的势力……

不仅如此，香烟的进出口还往往成为某国或地区对外贸易的重要内容，而且大多数国家烟民吸烟的方式和由此而引发的差别不大，这又使吸烟这种简单的行为带上了强烈的社会色彩和国际色彩。

宇宙在不间歇地运动中，人类文明的历史脚步一刻也

没有停止。面对一个个矛盾和困惑，需要我们深思，需要我们解决，人类就是在不断解决矛盾和困惑中进步的。但是，要在全社会做到戒烟直到禁烟，这个看似简单而实非易事的问题又怎样解决呢？

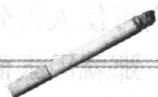
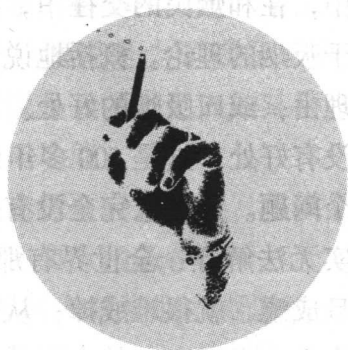
这是一本集知识性、科学性、趣味性于一体，近似“烟事百科”的通俗读物，老少皆宜。为了您和您的亲友及后代的健康，请尽早全面了解香烟。

目 录

第一章 关于吸烟的理论	(1)
第一节 吸烟的理由很多	(2)
第二节 对香烟的讴歌	(11)
第三节 简单的结论	(17)
第二章 中国烟草生产与吸食简史	(19)
第一节 烟草的进入与蔓延	(20)
第二节 烟草种植的改进与卷烟加工业的兴起 ..	(26)
第三节 烟草业的迅猛发展	(34)
第四节 烟标及烟草史上的第一	(38)
第三章 中国烟民的吸烟方式与烟戏	(45)
第一节 鼻 烟	(46)
第二节 水 烟	(49)
第三节 云南的竹筒水烟	(58)
第四节 旱 烟	(67)
第五节 烟 戏	(68)
第四章 香烟危害健康的证据和机理	(73)
第一节 吸烟危害健康的若干统计数据	(74)
第二节 香烟的成分与危害健康的机理	(83)

第三节	吸烟引起的部分特殊疾病	(92)
第四节	尼古丁的威力	(96)
第五节	吸烟上瘾的生理过程	(100)
第六节	被动吸烟危害不浅	(104)
第五章	青少年和妇女吸烟	(113)
第一节	青少年吸烟害处多多	(114)
第二节	中小学生吸烟的心理和主要诱因	(121)
第三节	妇女吸烟	(128)
第六章	戒烟控烟行动在世界各国	(139)
第一节	法规约束 强化宣传	(140)
第二节	戒烟日和戒烟邮票	(159)
第三节	戒烟组织和提高烟价	(161)
第七章	戒烟的有效方法	(167)
第一节	生活方式与健康	(168)
第二节	戒烟后的生理变化	(175)
第三节	营造无烟环境	(177)
第四节	戒烟产品与工具	(180)
第五节	精神戒烟最重要	(185)
第八章	烟草经济学的困惑	(195)
第一节	烟草贸易 竞争激烈	(196)
第二节	香烟走私 一本万利	(206)
第三节	假烟泛滥 屡禁不止	(219)
第四节	烟商作被告 法院判赔偿	(225)
第五节	高额税收 愚人金库	(230)

第六节 吸烟导致火灾和贫困	(232)
第七节 中国烟草行业的怪胎：极品香烟	(235)
第九章 香烟与长寿 名人与吸烟	(239)
第一节 长寿的秘诀	(240)
第二节 吸烟与寿命	(247)
第三节 名人与吸烟	(254)
第十章 控烟戒烟前景瞻望	(263)
第一节 科学宣传 完善法规	(264)
第二节 寄希望于健康型香烟的早日普及	(267)
后记	(273)



第一章

关于吸烟的理论

在日常生活中，在和烟民的交往中，我们随时都可听到各种各样的关于吸烟的理论。概括地说，所谓吸烟的理论，也即吸烟的理由，或曰吸烟的好处。

吸烟究竟有没有好处，这是 500 多年以来，人们一直在争论不休的一个问题。要说它完全没有一点好处，那么有一个基本的事实无法解释：全世界有那么多人吸食它、喜欢它，而且一旦成瘾，就很难戒掉；从哥伦布传播烟草时起，世界上有多少人反对它、禁止它，但其结果却适得其反。其中的奥秘究竟在哪里？凡是吸烟者都会直接告诉你，它可使人得到一种满足。至于进一步追问它可满足你什么？那就因人而异了。因此，简单地完全地肯定吸烟一点好处也没有，恐怕有些片面性或简单化。客观地说，好处还是有一些，例如它确能使人有所兴奋，能使人藉此消遣，还能增加国库的收入等等。

第一节 吸烟的理由很多

一般而言，大凡吸烟之人不知烟之危害者为数不多，但一方面因积之成习，难舍难离，明知山有虎，偏向虎山行，只好豁出去，任其自消自灭；另方面，社会上流传着不少“理论”，也许其中不少理论就是烟民自己编造出来的，当然多是为卷烟歌功颂德之词。这些理论，为吸烟提供依据，致使烟民自恃有理，自以为是，沉湎其中。

吸烟的理论有许多种，很多条，但仔细琢磨一下，大致可分为四大类。第一类，是最大最基本的，似乎可以解决一个民族和国家的根本性问题。第二类，源于某种“现代文明”的诱导，据说是为了满足某种理念或精神的需要。第三类，据说是为了满足人的某种生理的需要。第四类，烟草具有药用功能。

现将这些理论扼要分述于后，仅供品味。

第一类理论主要有两条：

1. 吸烟可遏制人口膨胀。据说这一理论的发明权是一位法国学者。赞同者认为，吸烟的确可以遏制人口的膨胀，其途径有三：一是烟民早亡，自愿捐躯。二是因吸烟对被动吸烟者的危害极大，被动吸烟者在不经意中受害，无奈消亡。一位不吸烟者与每天吸 20 支香烟的人结婚，患肺癌的可能性增加 35%。三是可增加精子的畸形率，削弱性功能，严重者可导致性无能，女性可减低受孕率，导致流产、早产，增加婴儿的死亡率。为此即可免去开发生产避孕药之费，精减各级计划生育机构之艰，全国不少党政干部奔波之苦。同时，安乐死也不会有那么大的阻力，因为眼下的主要阻力是其他人们不敢，怕人非议，并被扣上一顶不孝的帽子。只要隔三差五多给老人送些烟，就能使其早日安乐，还可博得一个孝顺之名，岂不两全其美？此种理论的另一注脚是，目前，发展中国家的经济发展滞后，人口增长过快，应在这些国家大力发展烟草业，可收一石二鸟之奇效。

在笔者看来，这种理论有些近乎离奇。因为作为一个国家、一个民族、一个社会，它所最终追求的就是这个国家和社会的主体——人，使其不断提高生活质量，使其生活得美满幸福。人口增长过快，是人类在自身繁衍过程中出现的一种违背自身利益的非正常行为。实行有计划地生育，是对这种行为的一种矫正，是实现人类自身增长和社会财富增长相平衡，和环境、资源相协调的重要途径和手段，它和人类追求美好生活的目的是一致的。而主张通过吸烟途径遏制人口膨胀的理论，则是通过让人遭受痛苦、减低生活质量的方式来完成这种行为矫正，这又和吸烟的初衷是相违背的。

2. 吸烟能带来显著的经济效益。效益之一是税收可观，可使国家增加收入，有利于增长国力；效益之二是可创造就业岗位，有利于社会的稳定，因为它使相当一部分人有工作可做，每月可拿到固定的工资收入，这就会大大减少不稳定因素，减少无事生非的可能性；效益之三是国库殷实了，即可大量增加用于改善人们医疗卫生条件的投入。现在，全国都在抱怨我们的医院太少，诊断手段落后，多数大夫的水平不高等，只要有了钱，何愁这些问题得不到解决。

关于经济效益问题，后面还有专门论述。

第二类理论，具体说来主要有以下几种：

1. 伟人形象说。有部分人认为，吸烟可以使人具有王者的尊严，智者的深邃。君不见，毛泽东、斯大林、邱

吉尔、贺龙、高尔基、鲁迅、大仲马等人，不都是常常口不离香烟，手不离烟斗的吗？朱自清不仅好烟，尚且还有烟之佳作留芳后世呢！因此，吸烟是伟大人物的独特象征。惟有吸烟，才会有吞云吐雾的那种悠然和神气，那种老谋深算的超人风度。

2. 交际需要说。不少烟民说，吸烟有助于交际，尤其是商品经济社会中的各种交易，没有烟酒铺路搭桥，一切都会显得生涩、寒酸、尴尬。生活中常常出现这样的镜头：素不相识的人相见，一支香烟就成了相互间的粘合剂，可换来一张笑脸，换来一句客气，换来一番好感；如果是一条或几条香烟，换来的就远不止这些了。有一句顺口溜：“好话说上千万遍，不如一包中华烟；铁的关系户，不如一条万宝路。”结论是，出门办事不敬烟，无人理你气断肠。

3. 激文思、招灵感说。一位烟民编辑写道：我每天走进办公室，第一件事是沏茶，第二件事是吸烟，第三件事是伏案提笔。如此“三步曲”，日复一日，在吞云吐雾中，伴我将一篇篇文章润色，一份份稿件定格，倒也频添了几分惬意。一旦少了香烟，“文”则不思，“泉”则不涌，颇有些江郎才尽的感觉。还有一位作家写道：古人很讲求“红袖添香夜读书”的风雅。我辈无此奢侈，家妻也决不会批准。但“香烟伴写作”却不难，且成了我这些年笔耕的定式。每次要伏案写作时，总先点燃一支烟，让它开始静静地自燃，看着那不绝如缕的青烟悠悠地盘旋而

升，我才猛吸两口，打破它的自燃，而代之以一团一团的浓云冲口而出，喷薄于我的眼前，缭绕在我的头顶。再自燃，再猛吸，如此反复。于是，在袅袅的仙气般的紫烟青霭里，有形的世界悄然隐退，无形的清境幻然化出。我的沉静的思维开始活跃，灵感随一朵一朵的蘑菇云飞扬起来。

4. 释解忧愁、消除寂寞说。在中国的一些地方，有“喜酒闷烟”、“烟愁酒乐”之传，不少烟民也认为此说有理，并有颇多感受。因为他们中，有的是在失恋时，有的是在生活单调无聊时，有的是在孤独难耐时，或因犯了什么错误，检查没完没了，心烦意燥时，才开始和这个“狐狸精朋友”挂上钩的，而且在这种情况下吸得更多。有人云：在长夜苦苦难熬之时，在心绪抑郁苦闷之际，在寂寞旅途困乏之中，在绵绵的雨季、阴晦的黄昏，都会情不自禁地想到香烟，好像抽上一支就可排解一切，变换一切……一位地质勘探工作者写道：在野外作业，远离城镇，少有文化娱乐活动，小青年在一起扎堆儿，喝酒扯淡打扑克，外加一支香烟。这种环境，只要是男性，都会不由自主地主动去适应，融入其中。最难耐的是上夜班，钻机正常运转后，只需一人看管，此时，峡谷里呼啸的山风和江河的涛声，于孤寂中似乎把我们抛到了一座远离尘世的孤岛，瞌睡强拉你的眼皮，寒风直袭你的脊梁，思念燃烧你的心窝，无奈之中，只得摸出烟来，凭此强提精神，伴度长夜。

5. 从众说。如果你生活、工作周围都是一群烟民，他们会日复一日地不厌其烦地规劝你，招惹你，勾引你，慷慨地送烟与你，时间长了，不好意思被“孤立”，不好意思有“来”无“往”了，无奈，只好顺而从之。再过些时日，出于礼貌，自己也买上几包敬送人家，如此，先吸不花钱的，后吸出钱买的，便不由自主地加入到了烟民的队伍，完全实现了“关系融洽。”

6. 潇洒、风度说。许多烟民说，抽烟喝酒是男子汉阳刚之气的象征，吸烟才能显示男士的潇洒和风采，“不吸烟、不喝酒，枉在世上走”，“畅饮酒，抽好烟，去见阎王无遗憾。”吸烟不仅可给人留下一种沉稳老练、风度翩翩的印象，有时候还会派上一种特殊的用场。例如当你身陷一种十分窘困的境地时，你要是慢悠悠地吸烟，迷起眼睛作品味状，便会使周围人觉得你深沉老练，不卑不亢，稳操胜券，产生一种敬威感，从而帮助你掩盖窘状，摆脱困境。

7. 减除压力、舒缓神经说。有人认为，现代社会的节奏极快，竞争残酷而激烈，人的社会压力、家庭压力越来越大，特别是在心绪不好时抽烟，可以使人的呼吸神经松弛一些，减少因压力过大而带来的不正常情绪。据芬兰科学家最近公布的一项调查报告表明，心情不好时吸烟的男子患肺癌的风险是其他烟民的3倍。

专家分析，情绪低下会削弱人体的免疫力，从而诱发一种慢性病。人心情不好时吸烟更凶，吸入的有害物质更

多，从而导致患肺癌的可能性增大。

8. 争取平等说。此说主要存在于年轻女性当中。现代女性讲求平等、自由的意识越来越强，她们的生活空间和选择天地也较过去宽广，年轻人又喜欢追逐新鲜事物，吸烟便自然成为一种选择对象。从心理角度探究，主要原因有二：一是反男权主义的心态。既然你们男士能吸烟，我为什么不能吸？我偏要与你比试比试。并将此作为追求男女平等的一种行为。二是挑战传统心态。在传统意识中，家庭反对女性吸烟，学校歧视女性吸烟，社会谴责女性吸烟，从而使部分女性产生了一种“反叛”意念。所以，那些追求时髦、“意识前卫”的女士便翘起兰花指，夹一支“摩尔”牌，以示其胜利和尊贵。

9. 个人自由说。不少人认为，吸烟不吸烟完全是一个人的自由，禁止吸烟人吸烟，这是对公民自由权的侵犯。

10. 爱好说。每个人都有一种或几种爱好，吸烟只是一种爱好，保护这种爱好，就是自己舒适和满意的一种标志。强迫取消了这种爱好，生活就降低意义了。

第三类理论，具体说主要有：

1. 吸烟可以提神。吸烟，有时确实能给人一种提神的感觉。之所以能够“提神”，主要是其中的剧毒成分尼古丁在起作用。试验证明，在吸无过滤嘴的香烟时，香烟燃烧过程中产生的尼古丁14%~20%都进了口腔，即使是有过滤嘴的，进入口腔的尼古丁仍会有5%~12%。这