



吸煙與陽痿的研究

不少研究已證實吸煙會引致肺癌、心血管等疾病，原來吸煙亦可增加男性患上陽痿的機會。據香港大學李嘉誠醫學院一項研究發現，在吸煙而同時患有陽痿的男性當中，近半數都不知道吸煙會導致陽痿；而吸煙的數量越多、吸煙的年期越長，陽痿嚴重的比率就會越高。例如每日吸煙超過35支而有陽痿的人士，當中55%的陽痿程度嚴重，比起每日吸煙少於25支的人士高出接近6成。



撰文：
香港大學李嘉誠醫學院
社會醫學系系主任及
講座教授
林大慶教授



醫學界已證實吸煙可導致陽痿，所以應立即戒煙。

(Getty Images)

「戒煙和輔導堅持治療對勃起功能障礙患者的成效」研究

香港大學李嘉誠醫學院社會醫學系及護理學系，聯同廣華醫院及香港家庭計劃指導會，於2004年1月開始進行一項名為「戒煙和輔導堅持治療對勃起功能障礙患者的成效」研究，至2006年4月合共訪問了493名18至81歲男性，受訪者均有吸煙的習慣而又同時患有陽痿的，平均每日吸煙達18支，較一般吸煙人士為高。

該研究以「國際勃起功能指數測定法」(IIEF-5)來評估參加者的陽痿程度；他們平均得分为10.5分，屬中等程度的陽痿（最高為25分，分數越低表示程度越嚴重），而患有嚴重程度的陽痿更高達36.5%。

受訪者被分為干預組及對照組。干預組的人士，除了使用戒煙貼外，更會被安

排接受堅持治療輔導，以確保他們根據指示使用戒煙貼。對照組的人士只會提供簡短戒煙輔導。

研究目的是希望他們深入探討不同治療方法對戒煙和治理陽痿的效果。

另外，雖然醫學界早已證實了吸煙會導致陽痿，但約有42%受訪者並不知情，50%則不知道戒煙可改善陽痿情況，6%更表示不認同研究結果。調查又發現，吸煙超過50年而患有陽痿的人士，65.5%的陽痿程度嚴重，而吸煙少於40年的人士則為33.3%。

此外，每日吸食35支煙或以上，則有54.2%屬嚴重陽痿，比較吸煙少於25支(34.9%)的人士高出約60%。上述結果，正與香港大學李嘉誠醫學院社會醫學系早前的「吸煙與男士性功能障礙」研究結果相近。

港大「吸煙與男士性功能障礙」之研究

香港大學李嘉誠醫學院社會醫學系早前的「吸煙與男士性功能障礙」研究指出每日吸煙20支或以上的人士，患性功能障礙的風險增加5成，反而戒煙多於1年的人士，他們患性功能障礙的風險則較每日吸煙20支或以上的人士減少30%。

研究數據亦顯示，493名18歲以上的吸煙參加者中，平均每日吸食18支煙，72.2%煙齡少於40年，煙齡高於50年則有15.4%。當中56.8%曾在過去6個月內求診，31.7%獲醫護人員建議戒煙。

吸煙對人的影響

煙草所發出的煙霧含有多種化學物質，破壞陰莖海綿體的血管，令血管硬化，陰莖充血反應慢，所以導致勃起功能出現障礙。另外，吸煙還會影響精子的活動能力，精子數目因而減少，導致男性不育。吸煙亦可改變或破壞精子的正常發展，使婦女誕下先天性健康較差的嬰兒。

吸煙人士若出現性功能障礙，可能是心臟病的先兆，絕對不容忽視。一個看來健康，但有多多年吸煙習慣的男士，若出現性功能障礙

便要特別留意，因為他們可能已患上心臟病而不自知；或是可能患上糖尿病而導致性功能障礙。糖尿病可引起心臟病，所以吸煙人士應多加注意。

研究又指出，本港越來越多男士有陽痿的問題，患者由過去約20萬人上升至現時達40萬人，當中3分之2乃是吸煙人士，更有5%陽痿患者因而離婚，但因害羞而未敢求醫；此外，有半數患者自購藥物治療陽痿，可是服用後效果欠佳，嚴重打擊他們的信心。

戒煙對陽痿患者非常重要，除了可改善血管收縮反應，也可改善呼吸系統的疾病，亦能減低患上癌症的機會。另外，戒煙對陽痿程度的分數可由嚴重變成輕微，所以應立即戒煙。

遠離誘惑助成功戒煙

其實，吸煙人士不能成功戒煙的原因是工作忙碌、壓力太大和煙癮難耐。當人不斷吸煙，身體會漸漸依賴尼古丁；一旦想戒煙時，便會出現種種吊癮徵狀，便忍不住再次吸煙。同時，心理及環境因素亦會導致戒煙失敗，如身邊的朋友及同事吸煙，令戒煙者受他們的影響而再次吸煙。

要成功戒煙，個人的主動性相當重要，戒煙者應盡量遠離誘惑，亦可接受醫生、醫護人員及藥劑師的專業輔導；空餘時可參與其他活動以分散注意力，就不會整天想吸煙。有些戒煙者忘記使用戒煙貼，當煙癮發作時便恢復吸煙。其實，他們可將戒煙貼放在家中和辦公室，方便隨時使用。

香港大學戒煙服務
港大李嘉誠醫學院社會

醫學系及護理學系為吸煙者提供減煙及戒煙服務，計劃內容包括：戒煙輔導員的專業輔導及身體健康檢查等，費用全免。

歡迎正在減煙、準備戒煙、考慮戒煙、或對戒煙有疑問的吸煙者查詢，電話號碼為6752 6266與楊先生聯絡。另外，本院亦設有青少年戒煙服務熱線，有意戒煙的青少年可致電2855 9557，網頁連結為 <http://www.hku.hk/yquit>。

國際勃起功能指數測定法IIEF-5

1. 在過去6個月裏，你對產生及保持勃起的信心有多大？

答案	分數
很小	1
小	2
中度	3
大	4
很大	5

2. 在過去6個月裏，當你受到性刺激而勃起時，有多少次陽具的硬度足以插入陰道？

答案	分數
幾乎從沒有/從沒有	1
幾次(遠少過半數)	2
有時(約半數)	3
多數時候(遠多過半數)	4
幾乎每次/每次	5

3. 在過去6個月裏，當性交時，有多少次你在插入後仍能保持勃起？

答案	分數
幾乎從沒有/從沒有	1
幾次(遠少過半數)	2
有時(約半數)	3
多數時候(遠多過半數)	4
幾乎每次/每次	5

4. 在過去6個月裏，當性交時，要維持勃起至完成性交過程，有多困難？

答案	分數
極度困難	1
很困難	2
困難	3
有少許困難	4
沒有困難	5

5. 在過去6個月裏，當你性交時，有多少次覺得是滿足的？

答案	分數
幾乎從沒有/從沒有	1
幾次(遠少過半數)	2
有時(約半數)	3
多數時候(遠多過半數)	4
幾乎每次/每次	5

註：最高為25分，分數越低表示程度越嚴重

公開講座：

煙草殺人，戒煙救命：我們如何制止兇手？

香港大學李嘉誠醫學院為讓市民了解香港的醫學研究發展和學院成立120年來之卓越成就，將與香港公共圖書館合辦「育醫造才百二載：探索醫學世界」公開講座，以探索醫學的新領域，共同面對疾病的挑戰。12場公開講座將於每月假香港中央圖書館地下演講廳舉行。2月份的講座詳情如下：

日期：	2007年2月10日(星期六)
時間：	上午10時至中午12時
講座地點：	香港中央圖書館地下演講廳
講者：	林大慶教授(香港大學社會醫學系講座教授及系主任) 陳肇始博士(香港大學護理學系系主任)
費用：	憑票免費入場，每人限取兩張，先到先得

報名方法：

登入 www.hku.hk/facmed/120years/registration.html 進行網上登記。成功登記人士可於講座開始前15分鐘，於香港中央圖書館地下演講廳領取入場券。