



# 创建全面无烟校园指南

Guideline for Creating 100% Smokefree Campuses



中国疾病预防控制中心 控烟办公室

# 目 录

主编：  
杨功焕

副主编：  
杨 焱 姜 垣

编写人员：  
南 奕 顾轶婷  
甘 泉 李 强

创建全面无烟校园有哪些必要性	2
创建全面无烟校园有哪些好处	3
创建全面无烟校园有哪些标准	4
创建全面无烟校园的五大策略	5
如何创建全面无烟校园	6
步骤一 准备	8
步骤二 启动	11
步骤三 实施	12
步骤四 评估	15
步骤五 维持	15
附件一 相关术语	16
附件二 相关资料	17

本指南的主要读者是学校的领导、教师和其他教职员工，是支持和实施全面无烟政策工具包的一部分。指南提供全面无烟校园标准、全面无烟校园创建的最佳实践，同时鼓励各学校创造当地的适宜经验。

本指南根据中等及以下教育机构以及高等教育机构的特点提供两类不同的全面无烟校园标准。其中中等及以下教育机构包括幼儿园、小学、中等教育机构（如普通初中、职业初中、普通高中、职业高中）；高等教育机构包括研究生教育机构、普通高校以及成人教育机构。

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。

我国现有13-18岁青少年1.3亿，据专家估算，青少年现在吸烟者约1500万，尝试吸烟者不少于4000万，遭受二手烟雾危害的人数高达6500万。吸烟及二手烟提高了心脑血管、呼吸系统等疾病的发病率。医学研究表明，青少年正处在生长发育时期，器官系统都尚未成熟，对外界环境有害因素的抵抗力较成人弱，对毒物危害敏感，身体的正常生长发育容易受到损害。因此，吸烟与二手烟对青少年有着更大的危害性，需要采取综合措施，预防青少年遭受烟草的危害。

青少年的大部分时间都是在学校度过，接触最多的人是教师。学校环境、校风和校纪对学生吸烟行为、二手烟暴露有巨大影响。学校的教师在校内吸烟，不仅会成为学生的不良榜样，由此产生的二手烟还会影响其他师生的健康。因此，创建全面无烟校园能够最大限度地保护学生的健康。



## 吸烟导致的疾病



## 二手烟导致的疾病



## ■ 保护学生以及教师的健康

创建全面无烟校园的最大好处是保护学生和教师的健康。弥漫在空气中的烟草烟雾（又称二手烟）会给不吸烟的人、尤其是青少年的健康带来严重危害。

二手烟是由卷烟燃烧时飘散出来及吸烟者抽烟时呼出的一种混合烟雾，含有超过4000种有害化学物质，包括污染物及刺激物，其中约70种为致癌物质。二手烟已被列为“一级致癌物质”。二手烟中含有的有害化学物质会在空气中停留数小时。长期吸入二手烟会导致肺癌和冠心病。二手烟还会直接刺激眼、鼻和咽喉，引致咳嗽、喉咙痛、头痛及眩晕等症状。由于青少年的身体还处在发育阶段，其对于二手烟的危害就更为敏感。二手烟可以导致各种儿童呼吸系统疾病，包括下呼吸道感染、哮喘、中耳炎以及肺功能下降。

## ■ 教师的榜样作用

教师不吸烟能够给学生起到榜样的作用，同时也能给学生传达一种信息，即吸烟并不代表成熟，不但未成年人不应该吸烟，成年人也不应该吸烟。

## ■ 保证师生安全

保证学生和教师在校的安全是校方的头等大事，因此落实学校的防火工作也是校方义不容辞的责任。无烟学校能够最大限度地避免因吸烟不慎造成的火灾，进而保障在校师生的安全。

## ■ 保持清洁

创建全面无烟校园可以避免因吸烟而造成学校内教学楼、学生宿舍、食堂等各类场所空气环境的污染，减少到处散落的烟灰和烟蒂，维持良好的卫生状况，降低清洁的成本。同时无烟校园可以避免学校的办公设备、仪器、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，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。

## 中等及以下教育机构全面无烟校园标准

- 学校所有区域（室内和室外）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
- 学校所有场所无吸烟区域、吸烟室及吸烟工具
- 学校入口处有明确的提示进入无烟校园的标识，校内有明显禁烟标识，有配合无烟环境创建的宣传
- 设有控烟监督员，对学校内的吸烟行为进行劝阻
- 学校所属区域无烟草制品销售，无烟草广告，无烟草赞助与促销活动
- 学校课程中有吸烟及二手烟危害的相关教学内容

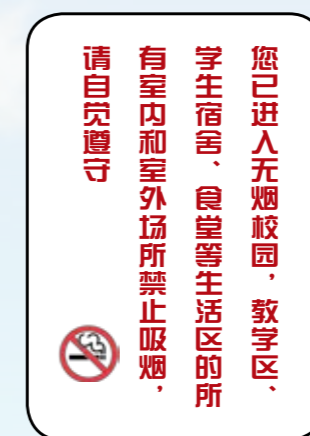
## 高等教育机构全面无烟校园标准

- 学校规定区域内无人吸烟、无烟味、无烟头
- 学校教学区（包括教学楼、图书馆、运动场馆等）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
- 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
- 学校所有室内场所无吸烟区域、吸烟室及吸烟工具
- 学校入口处有明确的提示进入无烟校园的标识，校内有明显禁烟标识，有配合无烟环境创建的宣传
- 设有控烟监督员，对学校内的吸烟行为进行劝阻
- 学校所属区域无烟草制品销售，无烟草广告，无烟草赞助与促销活动

- 制定符合全面无烟校园标准的制度
- 学校内有专人负责控烟工作
- 对学校教师及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校园进行宣传、报道
- 加强监督与评估，确保无烟校园的实现



(中等及以下教育机构)



(高等教育机构)



## 为什么不能设置室内吸烟室或吸烟区？

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。如果有人在室内吸烟，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是使室内场所完全无烟。

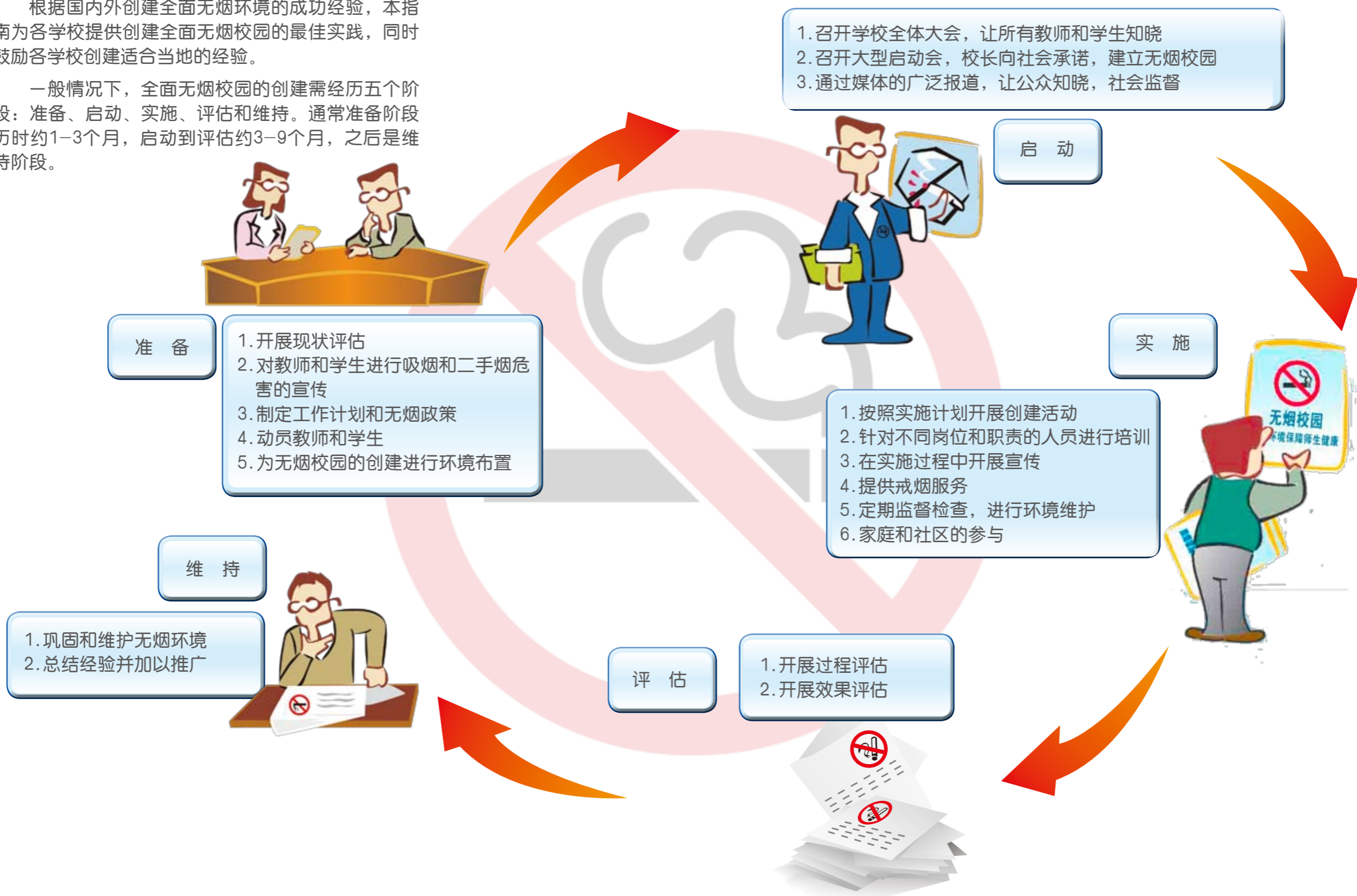


## 创建全面无烟校园的宣传口号

1. 二手烟中含有多种致癌物质
2. 二手烟能导致肺癌、冠心病和呼吸系统疾病等多种疾病
3. 二手烟可以引起各种儿童呼吸系统疾病
4. 不吸烟的人有呼吸清新空气的权利
5. 只有室内全面无烟才能保护不吸烟者的健康（高等教育机构）
6. 只有校园全面无烟才能保护学生和教师的健康（中等及以下教育机构）
7. 全面无烟校园应做到学校规定区域内无人吸烟、无烟味、无烟头
8. 保持学校室内全面无烟是每位教师和学生的责任和义务（高等教育机构）

根据国内外创建全面无烟环境的成功经验，本指南为各学校提供创建全面无烟校园的最佳实践，同时鼓励各学校创建适合当地的经验。

一般情况下，全面无烟校园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

### ■ 开展现状评估

评价现有无烟政策及执行情况，确定吸烟经常发生的地点，了解教师和学生的吸烟情况，为提供针对性戒烟帮助做准备。

评估内容	指标	评估方法
准备状态	校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	

### ■ 对学校教师和学生进行吸烟和二手烟危害的宣传

对学校教师和学生集中开展多次不同形式的吸烟与二手烟对健康危害的宣传，开展控烟知识讲座，特别是禁止校内吸烟相关规定的背景和要点的讲座。

### ■ 制定工作计划和无烟政策

由学校的控烟工作小组负责，参考现状评估结果和全面无烟环境标准，制定本校工作计划和无烟政策。组织教师和学生代表对禁烟标志、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，设立教师及学生控烟监督员，并在校内设立监督举报电话。

#### 工作计划框架

1. 明确创建全面无烟校园工作的各部门及其职责
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. 制定教师和学生的培训计划
8. 如何为吸烟教师和学生提供戒烟支持
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. 明确指出学校的禁烟区域
3. 对教师的要求和限定
4. 对学生及家长的要求和限定
5. 烟草制品销售、广告和赞助的禁令
6. 在校园内任何地方均不能摆放烟具的禁令
7. 明确奖惩制度
8. 明确学校各部门职责，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

## ■ 动员学校教师和学生

成立一个以学校党政一把手为组长的工作小组，各科教师参与，确保无烟校园的建设得到校长及学校管理层的大力支持。领导班子成员带头不吸烟。组织教师和学生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，并向全校告知，以获得无烟校园创建的支持。

## ■ 为无烟校园的创建进行环境布置

根据学校的具体情况在校内相应区域设置明显的禁烟标识，学校入口处设置醒目的声明“您已进入无烟校园”。校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。和媒体进行沟通，确定有效的宣传形式和渠道。

1. 根据规定，校内所有室内及室外区域禁止吸烟（中等及以下教育机构）
2. 教学区、学生宿舍、食堂等生活区的所有室内和室外场所禁止吸烟（高等教育机构）
3. 禁烟规定应张贴在学校入口处醒目位置
4. 在学校门口明确告知“您已进入无烟校园，校园内所有室内及室外区域禁止吸烟，请自觉遵守”（中等及以下教育机构）
5. 在学校门口明确告知“您已进入无烟校园，教学区、学生宿舍、食堂等生活区的所有室内和室外场所禁止吸烟，请自觉遵守”（高等教育机构）
6. 在学校的宣传栏内张贴禁烟宣传海报、学校禁烟规定等；在学校内悬挂横幅宣传禁烟；在学校的出版物及网站上制定禁烟板块
7. 重点区域及吸烟情况发生较多的区域要张贴明显和足够的禁烟标志，包括：学校门口、教学楼入口处、宿舍楼入口处、停车入口处、教师办公室、食堂、电梯间、走廊、厕所、楼梯等
8. 在所有教职工的办公场所要张贴学校禁烟规定

## 步骤二 启动

### ■ 召开学校全体大会，让教师和学生知晓

由校长在大会上介绍启动无烟校园的背景和原因。公布本校禁烟规定，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科和教师。

### ■ 召开大型启动会，校长向社会承诺，建立无烟校园

由校长在启动会上向社会宣布本学校无烟场所创建活动的启动，宣布无烟校园的创建，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，通过媒体报道学校的无烟环境创建启动的新闻，向社会宣布正式建立无烟校园，向社会发布《承诺书》，并公布监督举报电话，欢迎社会监督。承诺书应该放在学校入口处、宣传栏和醒目位置。

## 承诺书

本校自 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

### 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，组织吸烟和二手烟危害、遵守规则等内容的讲座等，安排人员和场地开展多种形式的控烟宣传，并将创建活动融入学校的工会、党、团等文化建设活动中。

### 针对不同岗位和职责的人员进行培训

培训对象	培训内容	培训目的
教师和学生	<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. 对家长的提醒、引导及劝阻吸烟技巧</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. 知道吸烟者在校内不能吸烟</li> <li>5. 使用宣传口号以降低不遵守政策的可能性</li> </ol>
吸烟的教师	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 吸烟和二手烟暴露的危害</li> <li>2. 戒烟的方法</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. 掌握实用的戒烟技巧和方法</li> <li>3. 取得同事和组织的支持</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. 宣传口号的开发和应用</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. 掌握针对本校开发宣传口号的能力</li> <li>6. 如何支持吸烟者戒烟</li> </ol>

### 在实施过程中开展宣传

对学校领导层进行宣传动员，获得领导的支持。对学校教师及学生进行宣传动员，获得教师及学生的支持。在校内开展多种形式的正面宣传，让教师和学生知晓吸烟及二手烟的危害、校内的无烟规定等。通过宣传，让公众知晓无烟校园创建工作，欢迎公众监督。充分利用媒体的力量，追踪亮点活动，并接受媒体监督。各学校还可以根据情况创建各自合适的方式进行宣传。

张贴各种吸烟和二手烟危害的控烟宣传海报



教师撰写戒烟体会文章



发放各种控烟指导手册



校园宣传控烟理念和制度



### 提供戒烟服务

寻求专业部门的支持，包括对无烟校园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、教育教师及学生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。

## ■ 家庭和社区的参与

通过多种渠道，动员学校所在社区参与创建全面无烟校园工作。在社区宣传栏张贴吸烟与二手烟危害的宣传资料，以及寻求社区卫生机构的支持等。同时，学校和社区协作，共同限制和监督学校周边的烟草制品销售，如果在中、小学校周围消减烟草销售摊点；对售烟点向18岁以下青少年销售卷烟或分支销售卷烟等违法行为，及时向有关部门反应和举报。通过家长会、日常通讯、家访等形式，动员家长参与无烟校园创建。

### 当你遇到违反规定的情况如何处理？

学校必须制定一套具体的处理违规情况的操作办法，详细清晰的办法能够减少遇到不必要的障碍。操作办法需要包括以下重点：

1. 通过各种途径将禁烟规定及违规处理办法传达给教职工、学生、家长及来访者
2. 公布禁止吸烟的区域和范围，列出控烟监督员及监督举报电话
3. 对违规行为有明确的处理办法，如劝阻、罚款等

#### ■ 学生方面

通过校会将禁烟规定及违规处理办法传达给学生，并持续地对学生进行教育。初次违规的学生给予口头警告，再次违规给予书面警告，通知家长，并和学生评优考核挂钩

#### ■ 教师方面

通过校会及教师会议将禁烟规定及违规处理办法传达给教师。初次违规的教师给予口头警告，再次违规给予书面警告，并和教师的绩效考核挂钩

#### ■ 家长及来访者

学校应在入口处张贴醒目的禁烟标志及通告，告知家长及来访者禁烟规定的具体内容，同时要求教师和学生向家长进行传达。遇到家长及来访者在校园内吸烟，控烟监督员应对其进行提醒及劝阻，不遵守规定者不得在校园内停留

## 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，并及时进行调整；评价无烟校园的创建效果，总结成功和失败经验教训。（评估样表请见附件）

### 过程评估指标

1. 监督员人数和工作情况
2. 控烟计划实施情况
3. 培训内容、次数及受训者反应
4. 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. 是否符合全面无烟校园标准
2. 校内二手烟暴露比例
3. 教师和学生戒烟比例
4. 教师和学生对吸烟和二手烟暴露的认识
5. 教师和学生对校园禁烟的态度



## 步骤五 维持

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

### ■ 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，将无烟校园创建和维护工作纳入学校常规工作，最终降低二手烟危害，保护教师和学生健康。

### ■ 总结经验并加以推广

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，向其他学校介绍和推广成功经验，并接受社会监督。

对于那些准备创建全面无烟校园的机构来说，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。

学校吸烟状况记录表  
(用于校园无烟情况观察)

**A部分 基本情况**

A1学校类型 ①高等教育机构 ②中等教育机构 ③小学 ④幼儿园  
 A2学校名称 \_\_\_\_\_ A3详细地址: \_\_\_\_\_  
 A4观察日期□□□□年□□月□□日 A5调查员签名\_\_\_\_\_

**B部分 总体情况**

B1 学校门口是否有禁烟标志? ①是 ②否  
 B2 学校内是否有控烟宣传栏? ①是 ②否 (跳至B4)  
 B3 控烟宣传栏数量 \_\_\_\_\_  
 B4 学校内是否有烟草广告? ①是 ②否  
 B5 学校内是否销售卷烟? ①是 ②否  
 B6 学校是否划分吸烟区和无烟区? (仅限高等教育机构)  
 ①是 ②否, 所有区域都不允许吸烟 (跳至C部分) ③否, 所有区域都允许吸烟 (跳至C部分)  
 B7 吸烟区位置 ①室内 ②室外 (仅限高等教育机构)

**C部分 吸烟情况 (按下表选择场所观察, 每个场所观察3分钟)**

场所类型	场所编号	是否有禁烟标志? ①是 ②否	吸烟人数	是否有工作人员劝阻? ①是 ②否	是否有烟灰缸? ①是 ②否	是否有烟味? ①是 ②否	观察到烟头数 ①0 ②1~10个 ③11~50个 ④50个以上	无此场所	场所位置 具体描述
教学区-教室	1								
教学区-教室	2								
教学区-教室	3								
教学区-男厕所	4								
教学区-男厕所	5								
教学区-男厕所	6								
教学区-楼梯间	7								
教学区-楼梯间	8								
教学区-走廊	9								
教学区-走廊	10								
教师办公区-办公室	11								
教师办公区-办公室	12								
教师办公区-办公室	13								
教师办公区-男厕所	14								
教师办公区-男厕所	15								
教师办公区-男厕所	16								
教师办公区-走廊	17								
教师办公区-走廊	18								
教师办公区-楼梯间	19								
教师办公区-楼梯间	20								
宿舍区-宿舍	21								
宿舍区-宿舍	22								
宿舍区-男厕所	23								
宿舍区-男厕所	24								
宿舍区-走廊	25								
宿舍区-走廊	26								
宿舍区-楼梯间	27								
宿舍区-楼梯间	28								

拍摄照片 ①该场所的建筑外观 ②该场所的内部情况 ③该场所的禁烟标志 ④该场所内所观察到烟头的位置

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)