

无烟餐厅创建指南

二手烟包括从燃烧的烟草制品中释放的烟雾以及吸烟者喷吐的烟雾，是一种由7000多种化合物组成的复杂混合物，其中包括至少69种已知的人类致癌物和172种有毒物质，是肺癌、心脏病、乳腺癌和气管炎之类的慢性肺部疾病以及其他健康问题的已知病因，世界卫生组织国际癌症研究机构将其划分为致癌物。长期或短期接触二手烟都对健康有百害而无一利。

我国约有5.4亿非吸烟者遭受二手烟暴露的危害，每年因二手烟导致死亡的人数超过10万人。72.4%的非吸烟者暴露于二手烟，其中有38%每天都要受到二手烟侵扰。在室内尤为严重，餐馆为88.5%。因此，保护公众免受二手烟危害，餐厅全面禁烟非常关键。

■ 创建无烟餐厅是为了：

- ✓ 保持室内空气清洁
- ✓ 为顾客提供良好的就餐环境
- ✓ 为餐厅员工提供健康的工作环境
- ✓ 避免顾客因吸烟产生冲突
- ✓ 提升餐厅形象

■ 无烟餐厅标准：

1. 在显著位置应设置无烟指示标识，客人就餐前给予提醒或引导。
2. 无烟餐厅应全面禁烟，不设立任何形式的吸烟区。
3. 餐厅内不得摆放烟灰缸等烟具。
4. 餐厅内有顾客抽烟，服务员及时劝止。
5. 不向就餐客人推销烟草制品。
6. 餐厅内不得有烟草广告及相关促销产品。

■ 创建无烟餐厅方法：

创建无烟餐厅的方法，简单来说就是达到无烟餐厅的6项标准。操作包括：

1、在显著位置应设置无烟指示标识，客人就餐前给予提醒或引导。

在餐厅入口处张贴无烟餐厅说明的标识，在顾客进入餐厅时便告知本餐厅全面禁烟。可使用的标识内容如，“本餐厅为完全禁烟餐厅，为了您和他人的健康，请理解配合”。

此外，在餐厅内显著位置张贴一定数量的禁止吸烟标识。



2、无烟餐厅应全面禁烟，不设立任何形式的吸烟区。

一些餐厅原先设有指定的吸烟区，应将这些区域还原为无烟区，并张贴明显的禁烟标识。

有些餐厅在大厅禁止吸烟，但是不干涉顾客在包间内吸烟。这样的情况下，餐厅也应明确包间内禁止吸烟，并配置相应的标识、取消烟具，并请服务人员多提醒。

3、餐厅内不得摆放烟灰缸等烟具。

烟具就是抽烟用的工具，常见的有烟灰缸。也包括烟斗、水烟、点烟器等。无烟餐厅不仅不摆放这些物品，当有顾客索要这些物品的时候，也拒绝提供，并耐心解释缘由。

4、餐厅内有顾客抽烟，服务员及时劝阻。

当室内有顾客抽烟时，餐厅服务员或禁烟倡导员应及时劝阻。劝阻必须有礼貌，有理，避免使用命令、威胁的语气。常见的劝阻对话如下：

“先生/女士您好，我们餐厅是无烟餐厅，全面禁止吸烟的，请您配合熄灭烟吧。谢谢。”

“先生/女士您好，本餐厅全面禁止吸烟的，吸烟对您和他人的健康都有害，请不要吸烟，谢谢。”

“先生/女士您好，吸烟的话只能在室外，餐厅内是全面禁烟的。请您配合，谢谢。”

5、不向就餐客人推销烟草制品。

无烟餐厅不推销或售卖烟草产品，如卷烟、水烟等。

6、餐厅内不得有烟草广告及相关促销产品。

烟草广告不仅包括招贴画和海报，还包括一些隐性的广告。如杯子、桌牌、墙上指示图标上的一些烟草公司LOGO图标。



为了保障以上标准的达成，还有一些不可不做的工作



不可不做之教育培训：

在创建无烟餐厅前期，需要向餐厅员工告知创建计划。为了使员工配合创建，也需要向员工说明创建无烟餐厅的意义，包括说明二手烟的危害、政府有关公共场所禁止吸烟的规定等内容。

[>>有难度？快去看看超实用工具箱，专业知识大全。](#)

不可不做之建立工作组

组建团队不是说另外招聘员工哦，而是在现有员工中分配工作。工作小组包括禁烟倡导员和管理人员，数量根据不同餐厅的情况而定。

禁烟倡导员负责在用餐区劝告想要吸烟的顾客不要吸烟。管理人员负责检查和考核无烟餐厅创建计划的实施。

不可不做之制定规定

由创建工作团队负责，制定本餐厅禁烟规定。包括人员安排、环境布置、奖惩制度、检查监督和时间安排等内容。

不可不做之评估改进

从餐厅内无烟情况是否有改善、员工控烟能力是否有提高、餐厅内禁烟标识是否摆放到位等角度评估创建。根据评估情况，进行改善。

常见问题

1、实施无烟餐厅是否会影响餐厅生意？

创建无烟餐厅的目的是为了维护公众监控的权益，有助于餐厅形象的提高，赢得赞誉，增加经济效益，并得到社会的理解和支持，在一定程度上还会减少因为吸烟而发生的投诉和争议。

有研究者对1992年到2004年美国加利福尼亚州供应食品及酒类饮品的餐厅和酒吧禁烟前后的首季营业额进行了绘图，发现餐馆实施禁烟政策后与之前相比营业额始终持增长态势。多国的调查显示，实行餐厅禁烟之后，消费者前往餐厅吃饭的习惯基本没有变化。

2、让顾客在角落或包间抽烟，难道也会影响其它区域的空气吗？

在同一建筑物内吸烟，通风、空调系统会把二手烟传递到建筑物中每个角落。普通中央空调均无法过滤烟草燃烧产生的空气颗粒物，一旦卷烟烟雾在室内形成就很难加以清除。

2、遇到吸烟的顾客不配合，怎么办？

充足的无烟标识和提示是避免顾客不配合的重要措施，以便让顾客在进入餐厅时就意识到“餐厅全面禁止吸烟”是这个场所的“规则”。鉴于目前很多餐厅内的禁烟标识都形如虚设，并不能对顾客起到提醒提示作用，因此进入餐厅时进行引导就显得尤为重要。如在餐厅入口处贴上“本餐厅为无烟餐厅，餐厅内任何区域都禁止吸烟”的提醒，或请餐厅门口的迎宾员对来用餐的每一位顾客都礼貌地提醒，都可以起到这样的作用。

对于一些有能力的餐厅，可以在建设无烟餐厅之初，加强无烟餐厅方面的宣传，让更多顾客在前来用餐之前了解餐厅完全禁烟的新措施。

本餐厅为完全禁烟餐厅，请您理解和配合。



超实用工具箱——提供专业非专业各类信息

政策支持

中国政府于2003年1月与世界卫生组织签署《烟草控制框架公约》，并自2011年1月1日起正式生效。根据《公约》规定，中国必须所有室内公共场所、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。

2008年，北京奥运会开幕前100天执行“禁烟新规”，要求体育场馆、健身场所和对社会开放的文物保护单位等公共场所实施室内及室外禁烟，同时餐厅、宾馆、饭店、度假村等公共场所应实现室内禁烟。

2011年5月1日，卫生部新修订的《公共场所卫生管理条例实施细则》规定，室内公共场所禁止吸烟，公共场所经营者应当开展吸烟危害健康的宣传，并配备专（兼）职人员对吸烟者进行劝阻。

2011年7月，北京市政府制定的《健康北京“十二五”发展规划》已把控烟工作列入五年规划，提出到2015年底前实现室内公共场所、工作场所全面禁烟的目标；并将《北京市控制吸烟条例》作为法规预案研究项目。

健康证据

二手烟是指不吸烟者吸入吸烟者呼出的烟雾，以及卷烟燃烧产生的烟雾。吸烟所散发的烟雾，可分为主流烟（即吸烟者吸入口内的烟）和支流烟（即烟草点燃后的外冒烟）。支流烟比主流烟所含的烟草燃烧成分更多。其中一氧化碳，支流烟是主流烟的5倍；焦油和烟碱是3倍；氨是46倍；亚硝酸胺是50倍。据计算，在通风不畅的场所，不吸烟者1小时内吸入的烟量，平均相当于吸入1支卷烟的量。

二手烟不存在“安全暴露”水平

很多人认为，只要吸烟人数少，空间面积足够大，通风设施好，危害就可以减至最低，甚至没有危害。

卫生部发布的《2007年中国控制吸烟报告》指出，被动吸烟不存在所谓的“安全暴露”水平。例如：每燃烧一支卷烟所形成烟草烟雾中含有的苯并芘高达180纳克，而在一个30立方米的居室内酒会形成6纳克每立方米的浓度，超过卫生标准（1纳克每立方米）6倍。

不论是指定的吸烟室还是通风系统都不能保护人们免受二手烟的危害。达尔问自然求知社曾经针对室内餐厅二手烟对空气污染的影响进行监测，发现在设立吸烟区的餐厅与不禁烟的餐厅中的空气污染都很严重，设立吸烟区并不能明显改善无烟区的空气。

另一项来自美国空调工程师协会的说明显示，无论是通风设备还是其他空气过滤技术都不能消除二手烟造成的健康危害，唯一有效办法是室内场所完全吸烟。

二手烟危害巨大

二手烟雾中含有几百种已知的有毒或者致癌物质,包括甲醛、笨、氯乙烯、砷、氨和氢氰酸等；

二手烟雾与吸烟者本人吸入的烟雾相比，很多致癌和有毒化学物质的浓度更高；

呼吸二手烟雾即使时间很短，也会立刻对心血管系统产生不良影响，从而增加心脏病发作的危险；

二手烟雾已被美国环保署和国际癌症研究署确定为人类A类致癌物质。国立职业安全和卫生研究院已得出结论：二手烟雾是职业致癌物。

二手烟对妇女的危害

二手烟对妇女的危害	
丈夫吸烟量（支/天）	妻子患脑卒中危险性增高率（%）
1~9	28
10~19	32
>20	62

- 1、宫外孕的发生率（主要是输卵管妊娠）增长了两三倍；
- 2、吸烟女性与不吸烟女性相比，患不孕

症的可能要高出2.7倍；

- 3、妇女吸烟促进衰老；
- 4、女性吸烟导致骨质疏松；
- 5、吸烟损害老年妇女身体健康。

二手烟对儿童的危害

二手烟会导致患婴儿猝死综合症而夭折的几率增加；损伤儿童的肺功能，使产生健康问题的风险更大；接触二手烟，儿童易患支气管炎和肺炎，并增加患中耳炎的风险；二手烟也会使患有哮喘的孩子发病更频繁，病情更严重。

其他资源

如需更多专业、技能方面的支持，可以联系以下专业机构：

中国疾控中心控烟办公室 www.tobaccocontrol.com.cn

北京疾控中心 www.bjcdc.org

北京市爱国卫生委员会 www.bjaw.org.cn

中国控制吸烟协会 www.catcprc.org.cn

新探健康发展研究中心 www.healthtt.org.cn



现在在你的iPhone或iPad中也能即时找到身边的无烟餐厅（目前仅在北京开通）。

APP STORE中搜索“无烟餐厅”，或登陆网站 www.smokefreemap.net

本资料由达尔问自然求知社志愿者选编而成。部分内容来自“奥运城市公共场所控烟项目-无烟餐厅实施指南”、中国疾控中心控烟办公室所编《全面无烟公共场所和工作场所创建指南》和其他来源。由于篇幅有限，恕不一一注明。

达尔问自然求知社，是一家致力于公众环境科普、推进环境问题解决的民间环保组织。网站：www.bjep.org.cn。