# 吸烟不要影响他人

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-01-03

*越来越不喜欢到饭店吃饭，原因就是饭桌上的人大都吞云吐雾，一餐饭下来，害得我衣服上一身烟味，最主要的是我也被动吸了烟。前几天看到有媒体报道数据显示，根据抽样调查结果：343563名不吸烟者中，39.75%受到被动吸烟危害。在家中被动吸烟的占6...*

越来越不喜欢到饭店吃饭，原因就是饭桌上的人大都吞云吐雾，一餐饭下来，害得我衣服上一身烟味，最主要的是我也被动吸了烟。前几天看到有媒体报道数据显示，根据抽样调查结果：343563名不吸烟者中，39.75%受到被动吸烟危害。

在家中被动吸烟的占67.1%，在工作场所或其他公共场所遭受被动吸烟的占14.44%。这样的数据真让人触目惊心。

吸二手烟的人往往比直接吸烟的人群更易患病，在美国每年约有3000人因吸二手烟而患上肺癌而死亡。吸烟不仅影响自己健康也影响他人的健康，其实，这个道理几乎每个烟民都懂，而为什么还有那么多烟民喜欢在人前吞云吐雾呢？说到底还是不讲礼仪，不顾及他人的感受。

上个月有幸聆听了国内知名礼仪专家金正昆教授的讲座，他在谈到餐桌礼仪时，着重指出餐桌举止有五不准，第一个禁忌是餐桌上不要吸烟。他说，有身份、有地位、有教养的人餐桌上不吸烟，吸烟有碍健康，吸烟是不文明的标志，吸烟你到没人的地方去，自己摧残自己去吧！话说得既到位又风趣，见过太多的男士，在吃饭、开会时当着别人的面掏烟还一副理所当然的样子，根本不会问一句“我可以抽烟吗”。

在日本，开展了“嫌烟”的运动，所谓“嫌烟”就是不干涉别人吸烟，但要求别人不要在自己面前、身边吸烟。没有人喜欢他人在自己面前、身边吸烟，你又何必让人讨厌呢！吸烟者都应形成一种习惯，吸烟前先问一问旁边的人能否吸烟，征得对方同意后，才点燃香烟。

另外很重要的一点，那就是吸烟者在家里也要注意维护并营造健康环境。如果在家时你想吸烟，就请主动自觉地到家里的吸烟区去抽烟，或者索性出门，到楼道里的吸烟区去抽，简单几步路，就能避免家人，尤其是老人和孩子成为二手烟的受害者，何乐而不为？总之，吸烟别影响他人，这才是一个文明人。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！