



TUPE

煙草使用預防教育

TUPE 研討會的主旨

- 分享有關本學區的煙草使用預防教育(TUPE)計劃的信息
- 向參與者提供有關煙草/電子煙產品和資源的一般信息, 以獲取更多知識
- 分享戒菸的資源

什麼是 TUPE?

煙草使用預防教育 (TUPE) 計劃

- TUPE 計劃的目的是通過給予 6-12年級的學生更多相關知識, 進而做出為自己健康的決定; 來減少青少年吸煙的比率
- 使用煙草預防指導, 干預輔導, 戒菸計劃和加強概念的活動

新的 2020-2021年 TUPE資助群組



- 參加新的三年資助群組
- 洛杉磯縣教育辦公室的 TUPE 計劃
 - 18 個學區
- 2020-2021 年是資助群組的第一年
 - 資助資金將着重在：
 - 學生服務
 - 家長及社區服務
 - 工作人員的專業培訓
 - 地方團體的合作



電子煙的趨勢

三角關係

煙草，大麻和電子煙之間的交集

電子煙已成為使用煙草和大麻的入門媒介



煙草

電子煙

大麻



Marijuana\Cannabis

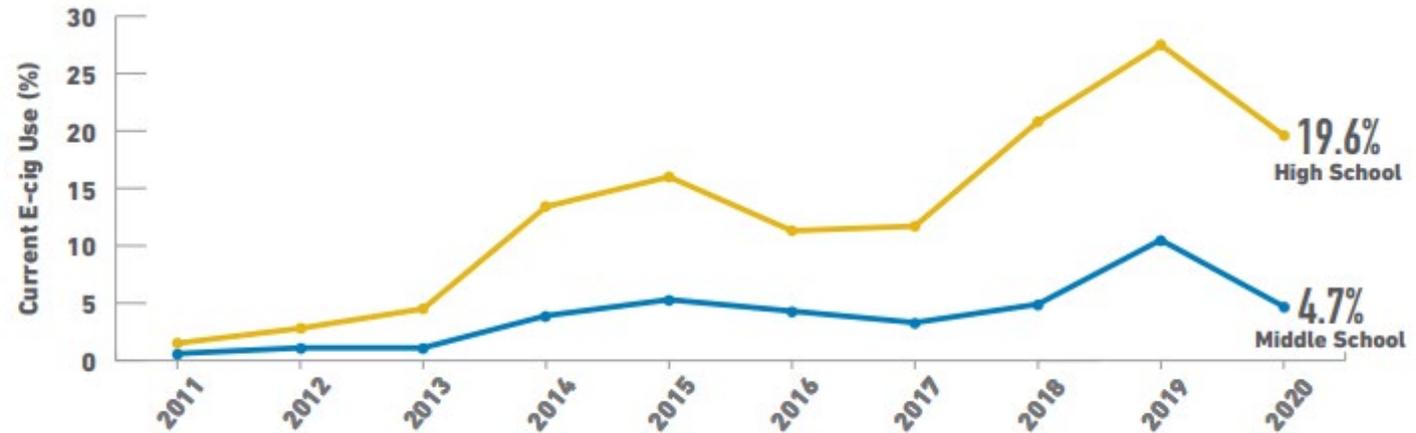
煙草/菸葉製品的青少年使用趨勢



2020 National Youth Tobacco Survey

Findings show a sharp decline
in youth e-cigarette use with
1.8 Million
fewer users
since last year

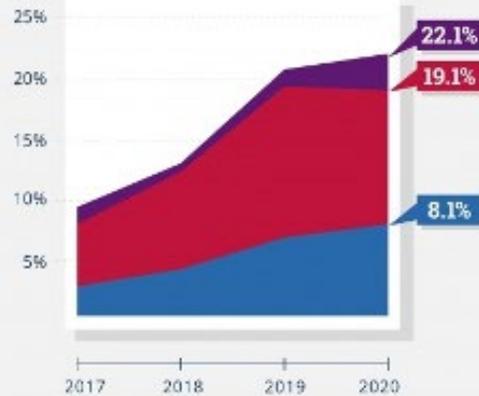
However, due to **alarming
increases** since 2011,
the number of current
youth e-cig users remains
concerningly high:
3.6 Million



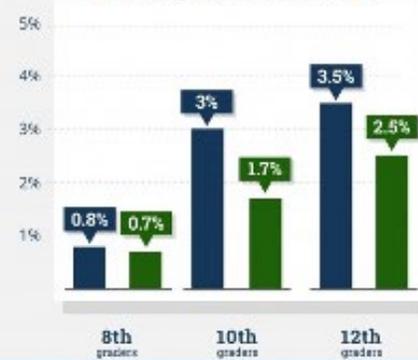
美國國家濫用藥物研究所對青少年所做的問卷調查 - 2020年監測未來問卷調查

Past-Year Marijuana Vaping Holds Steady

Past-Year Marijuana Vaping

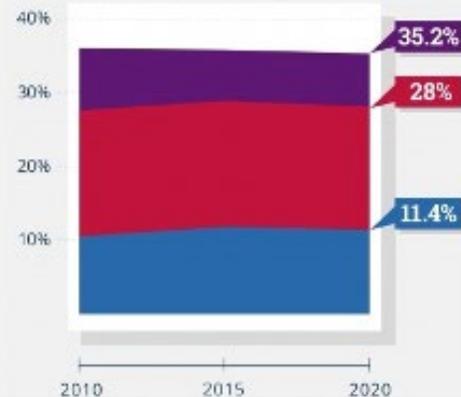


Daily or Near-Daily Marijuana Vaping Decreases Significantly Among 10th Graders

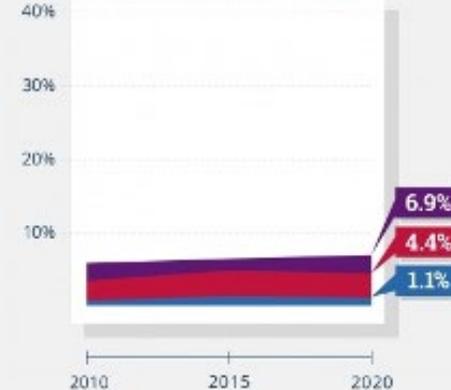


Marijuana Use Remains Steady

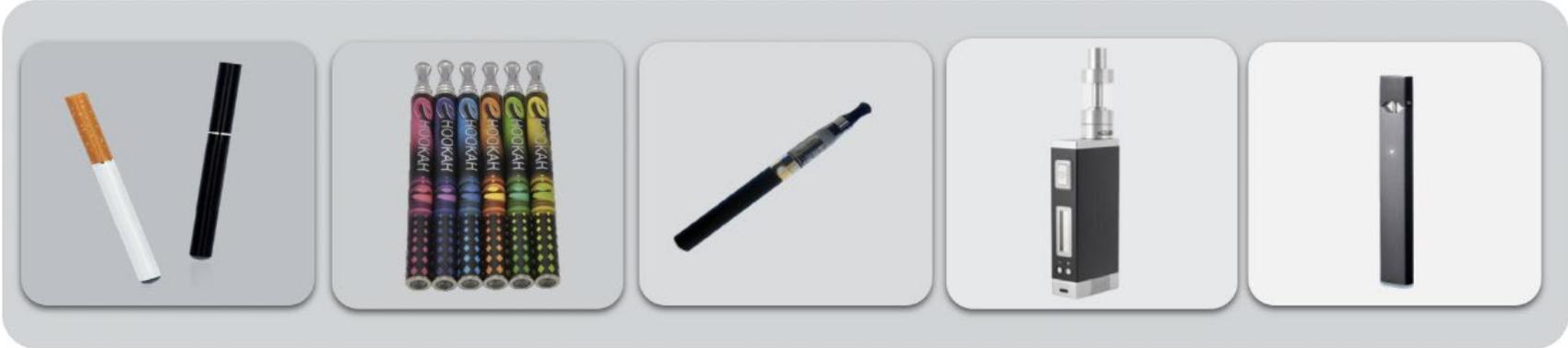
Past-Year Marijuana Use



Daily Marijuana Use



電子煙和電子煙筆的產品



Cig-a-Like

電子煙在2007年左右上市。大多數為一次性和給予尼古丁

Variations

第一個電子煙的變化包括像ehookah和可充電的版本

Vape Pens

這類產品有電池且可以達到更高的溫度，有可重新填充電子液體的墨水匣，並允許使用者調節吸入的頻率

Mods

大尺寸、可更改性的電子煙；有更多的煙氣、尼古丁和其他化學物質以更快的速度吸入肺部

Pod-Based

這些電子煙的形狀像USB，且含有比前幾代產品容量更大的尼古丁夾層



Tobacco Prevention Toolkit

Division of Adolescent Medicine, Stanford University

For more information go to: www.tobaccopreventiontoolkit.stanford.edu

- ▶ 年輕人仍在嘗試使用香煙，大麻和其他煙草製品
- ▶ 電子煙產品通常被稱為電子煙，電子煙筆，電子煙斗
- ▶ 通常也稱為JUUL，指的是形狀像USB的流行電子煙品牌。

電子煙筆 / 夾 = 更高濃度的尼古丁

Cigs in a Pod



tobaccopreventiontoolkit.stanford.edu

1 Pack of Cigarettes
≈20 mg of nicotine



≈20
CIGARETTES



1 JUUL pod
≈41.3 mg of nicotine



≈41
CIGARETTES



1 Puff bar
≈50 mg of nicotine



≈50
CIGARETTES



1 Suorin pod
≈90 mg of nicotine



≈90
CIGARETTES



您對電子煙需要的了解

| 吸入煙氣



"VAPING"

了解更多的資源：

- * **Vaping Lingo 字典**
- * **疾病預防與控制中心**
- * **國立衛生研究院 (NIH)**
- * **TalkaboutVaping.org** 美國肺臟協會

 truth initiative
INSPIRING
TOBACCO-FREE
LIVES

Vaping Lingo Dictionary

High vaping rates among youth and young adults have introduced a plethora of new terms and keeping up with the latest lingo can be difficult. If you are wondering what the young people in your life are talking about, here is a list of some popular words, phrases, products and general language used to refer to vaping/e-cigarette use.

POPULAR VAPE BRANDS & DEVICES

	Closed Pod System (uses disposable pods)
JUUL	
BLU	



Teens find Ways to Hide Devices



Manufacturers Create Devices that Look Like Everyday Objects





**Babbitt 警長,
HLPUSD 警察局警長**



TUPE: 課程 & 干預

TUPE 課程



➤ 史坦福大學的煙草預防工具包

- 6-8 年級課程
- 查看網路線上資源和課程
- Vaping : Kahoot : Vaping 簡介



➤ 禁止濫用毒品的項目計劃 (TND)

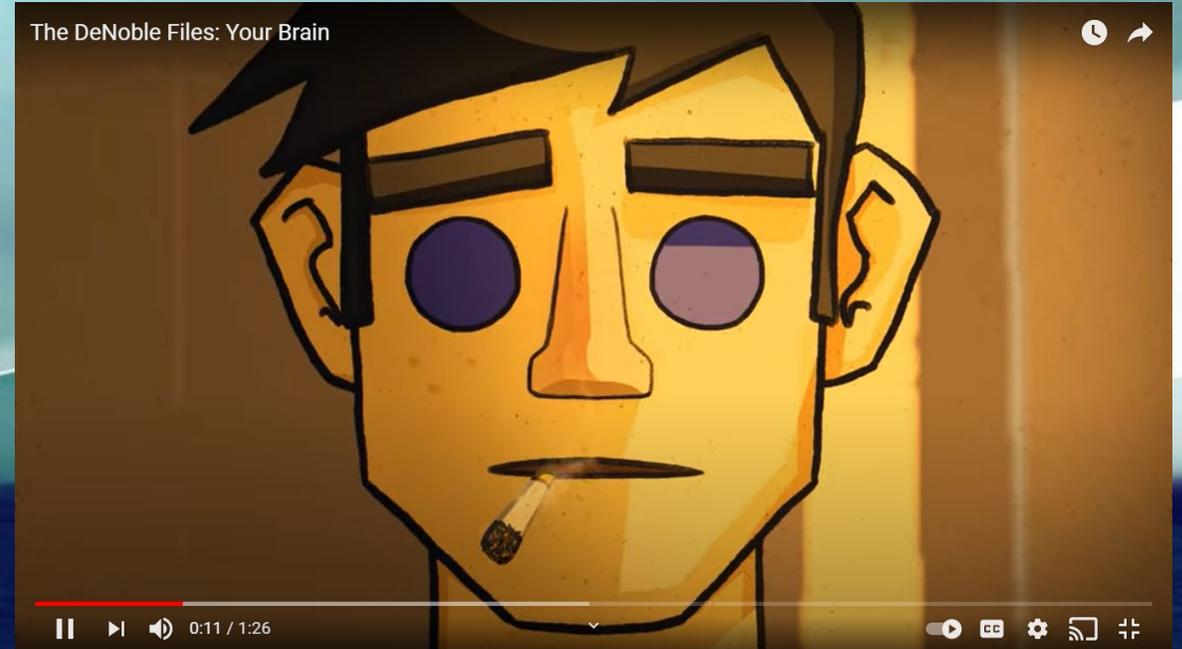
- 9-12 年級課程



今年的特邀演講嘉賓

Music Notes

<http://www.musicnotesonline.com/anti-tobacco-services/>

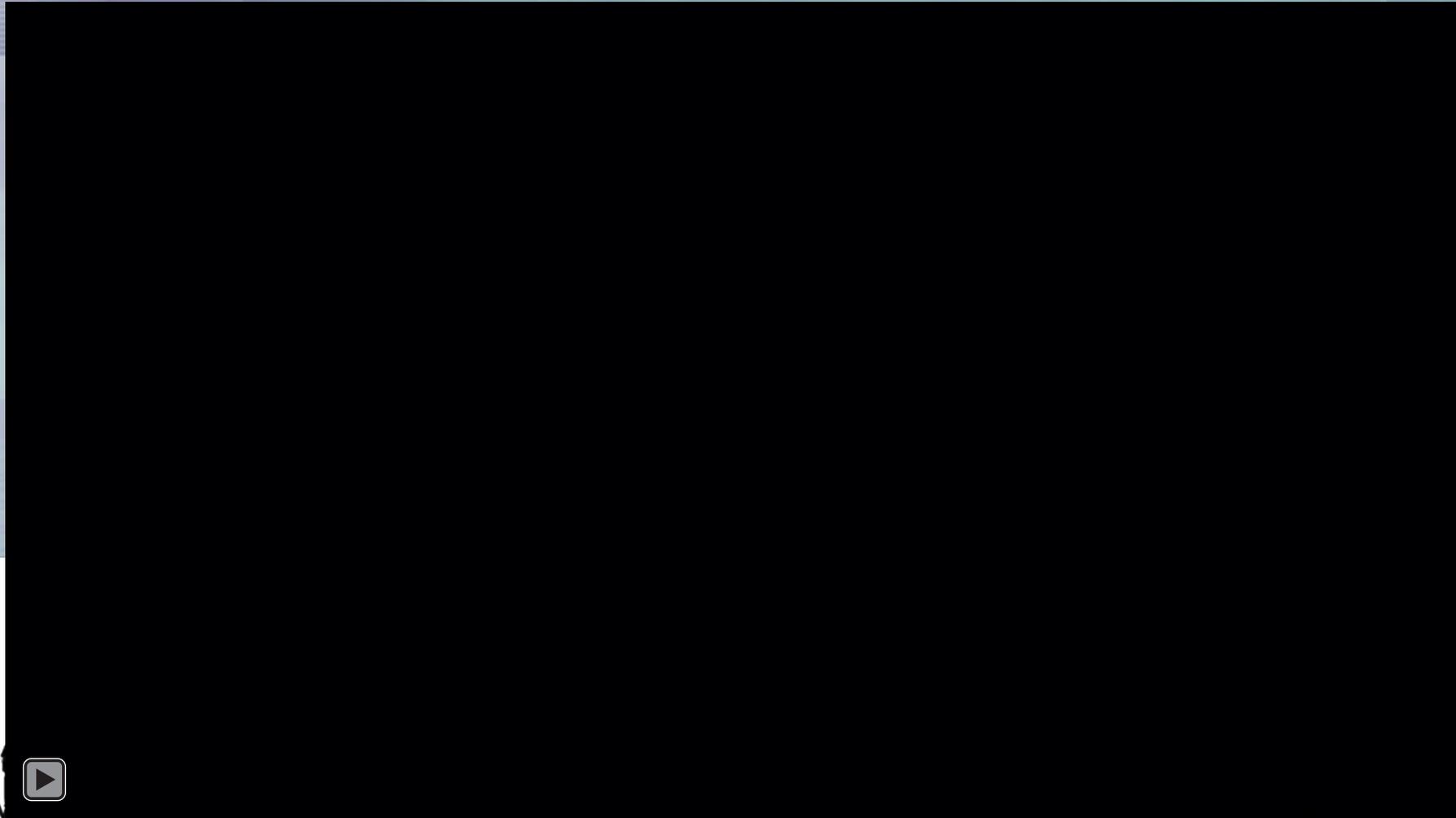


Dr. De Noble

https://www.youtube.com/watch?v=4tg_rMiOLnA

Youtube 頻道查詢 [The DeNoble Files](https://www.youtube.com/channel/UC...)

社群媒體訊息



戒菸資源

- Centers for Disease Control and Prevention: 要獲得戒菸方面的支持，包括免費戒菸輔導員，免費戒菸計劃，免費教育材料以及對當地資源的推薦，請致電: 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669)。

- California Smokers' Helpline
 - 加州居民免費www.nobutts.org

- L.A. Quits
 - 洛杉磯縣公共衛生局

- 心理健康提供者
 - ENKI
 - Foothill Family
 - Pacific Clinics
 - USC Telehealth





Allegra Consulting Group

阿萊格拉諮詢集團



感謝您加入我們

有任何問題嗎？

與您孩子的校長聯繫 - 或 -
學生 & 家庭服務部的 Amanda Cevallos
626-933-5305