# 世界无烟日演讲稿(通用13篇)

作者：心灵的彩虹 更新时间：2024-03-31

*演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。世界无烟日演讲稿篇一各*

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**世界无烟日演讲稿篇一**

各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好!

六一儿童节是我们童年时代最期待的一个节日。但我们是否了解过它前一天5.31是什么重要的日子?世界无烟日。今天我在国旗下讲话的主题就借用今年世界无烟日口号：“小小一支烟，危害万万千”。

一支小小的烟，有多大危害?据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，一包香烟中尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了xx毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，足以使人置死。除尼古丁外，点燃香烟时还会产生约xx多种导致癌症的化合物。如今烟草已经成为全球第二大杀手，我国每年因吸烟致死的人约xx万。如此可怕的烟草，为什么那么多人愿意涉险?其原因主要有两个：一烟草中所含令人上瘾的尼古丁，使人产生精神依赖，不易戒掉。二多数年轻人还没有把吸烟看成一个害人害己的`恶习，没有把它和责任连在一起，相反还认为有派头，很潇洒。当烟民吞云吐雾，损害自己身体的同时，他对周边的人也造成了危害，尤其可危害孕妇、婴儿和儿童的健康。随着二手烟危害的了解，以“生命、健康、权利”为主题的志愿者街头控烟宣传活动在各处上演，呼吁更多市民去了解二手烟，唤醒民众勇于维护自身健康权益，在工作、公共场所敢对二手烟说“不”。

为了消除和减少烟草烟雾的危害，维护无烟校园，我在此提出倡议：首先，同学们要拒绝第一支烟，做永不吸烟的新一代。其次要以行动积极投身到校园禁烟、控烟活动。看到有吸烟行为主动劝阻。第三我们还要积极锻炼身体，强化健康意识，抵抗二手烟危害。没有烟雾的空气更清新，没有烟草的生命更绚烂!最后愿所有的师生谨记香烟危害，远离烟草，健康幸福。谢谢!

**世界无烟日演讲稿篇二**

亲爱的老师们、同学们：

下午好！

明天是\*\*年5月31日，是世界卫生组织（who）发起的第\*\*个世界无烟日，今年的主题为“无烟青少年”,口号是“禁止烟草广告和促销，确保无烟青春好年华”。自1988年世界卫生组织确定世界无烟日以来，每年的5月31日全球都开展同一主题的控烟活动，2010年的世界无烟日具有更加特殊的历史意义：今年我国将举办第29届奥运会，无烟奥运是“绿色奥运”的组成部分，因此今年的“5.31”无烟日活动应起到广泛宣传为“绿色奥运”，提供保障的作用。

首先介绍一下吸烟的危害：

一、吸烟危害人的健康已为人们所共识，对青少年来说，危害性就更大。据医学家研究表明，青少年正处在生长发育时期，各生理系统、器官都尚未成熟，其对外界环境中有害因素的抵抗力比成人弱，易于吸收毒物，损害身体的正常生长。据美国的调查表明，开始吸烟的年龄与肺癌死亡率呈负相关，吸烟开始年龄越早，肺癌发生率与死亡率越高。烟的烟雾（特别是其中所含的焦油）是致癌物质——就是说，它能在它所接触到的组织中产生癌，因此，吸烟者呼吸道的任何部位（包括口腔和咽喉）都有发生癌的可能，口腔癌或喉癌致死的机率，要比不吸烟的人大14倍。另外，医学证实，吸烟与膀胱癌的发生也有密切关系。

二、吸烟损害大脑，使智力受到影响。在烟草的烟雾中，一氧化碳含量很高，吸入人体后，与血液中的血红蛋白结合成碳氧血红蛋白，使血红蛋白不能正常地与氧结合成氧合血红蛋白，因而失去携带氧气的功能，此外，一氧化碳与血红蛋白结合力要比氧气大260倍，而从碳氧血红蛋白中离解出一氧碳的速度要比从氧合血红蛋白中分离出氧的速度慢得多。由于人的大脑对氧的需要量大，对缺氧十分敏感，因此，吸多了烟就会感到精力不集中，甚至出现头痛、头昏现象，久之，大脑就要受到损害，使思维变得迟钝，记忆力减退，必然影响学习和工作，使学生的成绩下降。

三、烟草中的尼古丁是一种神经毒素，主要侵害人的神经系统。一些吸烟者在主观上感觉吸烟可以解除疲劳、振作精神等，这是神经系统的地一过性兴奋，实际上是尼古丁引起的欣快感。兴奋后的神经系统随即出现抑制。所以，吸烟后神经肌肉反应的灵敏度和精确度均下降。烟草中含有30多种有毒物质，其毒性最强的也是尼古丁。实验证明，提取香烟中的尼古丁2滴放在小狗的舌头上，1到2分钟小狗立即中毒死亡，成人只要服50毫克尼古丁，就会立即身亡。美国有一个团体举行吸烟比赛，一位“吸烟冠军”接连吸了100支香烟，还没来得及领奖，当场中毒死亡了。可见烟中的尼古丁、烟焦油等的毒性是多么的厉害。

四、据调查，引起心肌梗塞的因素很多，如高血脂、高胆固醇、高血压病、糖尿病、肥胖症、酗酒、紧张等，但最主要的因素是吸烟，尼古丁能使心跳加快，血压升高，烟草的烟雾可能是由于含一氧化碳之故，似乎能够促使动脉粥样化累积，而这种情形是造成许多心脏疾病的一个原因，大量吸烟的人，心脏病发作时，其致死的机率比不吸烟者大很多。

所以青少年应引起足够重视。全世界每年吸烟死亡达250万人之多，烟是人类第一杀手。

禁止青少年吸烟不仅是一个卫生问题，而且也是一个社会问题，不单家长应该重视，学校和社会均不可掉以轻心。为了祖国的未来，每一个人都有责任保护下一代的健康；为了祖国的未来，我们青少年应该珍惜自己的身体，珍惜自己的年华，拒吸第一支烟，做不 吸烟的新一代。为了让社会更加重视烟草的危害，中国控制吸烟协会组织了第二十三个世界无烟日“拒吸第一支烟，做不 吸烟的新一代”签名活动。我们各个班级、每位同学都积极地参与到了此项活动中。

下面播放一段音乐，音乐之后我们会给大家介绍被动吸烟的危害。

下面介绍一下被动吸烟的危害。

先介绍一下什么叫被动吸烟 ：

被动吸烟是指不愿吸烟的`人无可奈何地吸入别人吐出来的烟气和香烟燃烧时散发在环境中的烟雾。被动吸烟又称“强迫吸烟”、“间接吸烟”、“吸二手烟”。被动吸烟对儿童健康 危害很大。

首先，儿童厌食与家长吸烟有关：

儿童身体发育不健全，抵抗尼古丁的侵害能力还很低，家长吸烟，儿童被动吸烟，烟雾中有害物质残留体内很难排除。尤其儿童进食时，家长吸烟，会使儿童发生恶心不适，一旦这种恶心不适与某种食物联系起来，便产生条件反射，拒绝吃某种食物，时间一长就形成了厌食。

其次，儿童身高与家长吸烟有关：

儿童身体高矮一般来说与遗传有关，但香烟也是一害。科学家曾对千余名儿童进行长期研究，结果发现，家庭成员每天吸10支以下香烟，其儿童身高平均矮0.45cm；每天吸10支以上的家庭，儿童身高平均矮0.65cm；每天吸20支以上的家庭儿童，其身高平均矮0.91cm。

另外，家长吸烟影响儿童智力发育：

据调查，在吸烟家庭成长到7岁的儿童，其阅读能力明显低于不吸烟家庭的儿童，在吸烟家庭成长到11岁的儿童，其阅读能力延迟了4个月，算术能力延迟5个月。留级生的家庭成员多数吸烟。

此外，家长吸烟会引起许多儿童呼吸道疾病：

肺中排列于气道上的细毛，通常会氢外来物从肺组织上排除。这些绒毛会连续将肺中的微粒扫入痰或粘液中，将其排出来，烟草烟雾中的化学物质除了会致癌，还会逐渐破坏一些绒毛，使粘液分泌增加，于是肺部发生慢性疾病，容易感染支气管炎。经流行病学对5—9岁的3528名儿童调查，父母一人吸烟，儿童患呼吸道疾病比不吸烟者高6％，父母都吸烟者，则高出15％左右。调查得知，有吸烟者的家庭中，其儿童发生哮喘性支气管炎的机会，比无吸烟者家庭高3—5倍。不吸烟家庭儿童患哮喘性支气管炎的发病率仅为3.1％，而每天吸20支香烟的家庭，其儿童的哮喘性支气管炎发病率为10.4％，每天吸20支以上的家庭其儿童哮喘性支气管炎的发病率为15.6％。

鉴于被动吸烟的危害，世界卫生组织通过一项决议提出，对被动、强迫或非出于自愿的吸烟侵犯，不吸烟者有维护健康的权利，不吸烟者的健康应得到保障，免受这类环境污染所造成的危害。今天我们下发了《致亲人戒烟一封信》活动纸，希望全体同学以写信的方式劝阻家人戒烟，同时动员家长以回信的方式予以承诺，小手牵大手，共同创建无烟环境。下周一请班主任做好回收、统计工作。另外，我们三年级以上的同学还要积极地参与“我的无烟童年”征文活动，内容可以围绕身边的“无烟奥运”故事、青少年拒绝吸烟、对烟草危害的认识、对学校控烟的看法、对教师吸烟的看法、对无烟家庭的看法、对戒烟的建议等。

希望大家拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代，创建无烟环境，构建和谐社会，人人拥有健康的身体和美好的未来！

本次集体广播到此结束，谢谢大家的收听！

**世界无烟日演讲稿篇三**

5月31日是世界无烟日。亲爱的同学，你知道吸烟对人体的危害吗大量的科学研究资料早就证明，吸烟对人体健康的危害十分广泛。所有烟草中均含有可导致人体发生多种致死性和致残性健康问题的毒素;吸烟者患癌症，尤其是肺癌、心脏病、肺气肿及其他致死性疾病的危险性会明显增加。然而，就在去年的今天，一项针对青少年烟草使用情况的最新调查显示，中国有20%以上的初中生尝试过吸烟，近92%的学生认为吸烟肯定会损害健康，但仍有22%的男生和4%的女生表示可能或肯定会在今后吸烟。青少年吸烟在中国已成为一个不容忽视的问题。

如今全球平均每年有400万例、每天有11000例死亡与烟草有关。正如专家所言，烟草是一种在正常使用过程中就会杀死消费者的产品，烟草流行是一种无情的不分国家和社会的公共卫生灾难。

中国是世界第一烟草大国，烟草的产销量均居世界之首。据统计，全世界每3个吸烟人中就有一个是中国人，中国拥有烟民3.2亿，消耗着全世界烟草总量的三分之一。当发达国家的烟草商因在本国受到限制与责难，千方百计地向中国和发展中国家推销香烟、诱惑青少年吸洋烟时，我们广大青少年决不能“误上贼船”。

少年强则国强，少年弱则国弱。为了摘掉烟草大国的帽子，为了下一代的健康成长，我们要大声呐喊：不要让烟雾笼罩孩子!

**世界无烟日演讲稿篇四**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!我是初二2班的xxx，今天我讲话的题目是《杜绝吸烟关爱健康创建无烟校园》。

在人们日益关注健康的今天，“吸烟有害健康”已成为人们的共识，世界卫生组织把每年的`5月31日定为“世界无烟日”。

世界卫生组织的研究表明，吸烟会导致癌症，30%的癌症和吸烟有关。每年有近500万人因吸烟而死亡，烟草已成为继高血压之后的第二号杀手。如果不加以控制，到每年因吸烟致死的人数有可能达到1000万。目前，全世界每13秒钟有1人死于和烟草有关的疾病，我国每年约有200万人死于与吸烟有关的疾病。

据研究：一支香烟里含尼古丁可毒死一支老鼠，而一包香烟中尼古丁可能毒死一头牛。每天吸一包烟相当于吸入50---70毫克尼古丁，如果一次性服用这些量足以置人于死地。

吸烟有害健康已成为全世界的共识，而青少年正处在生长发育阶段，对有毒有害物质比成年人更容易吸收，毒害作用更大。由于青少年正处于发育成长期，身体各系统和器官的发育尚不完善，抵抗力弱，吸烟对骨骼发育、神经系统、呼吸系统等均有一定程度的影响。烟草中的大量尼古丁对脑神经也有毒害，它会使学生记忆力减退、精神不振、学习成绩下降。更为重要的是吸烟一旦成瘾，就形成神经依赖，一时很难戒除。

不仅如此，青少年吸烟还可能养成不良的生活习惯，诱发不良行为。许多研究资料都表明，青少年一旦染上吸烟的不良习惯，就会吸烟上瘾严重者甚至发展到吸毒，从而引发偷窃、抢劫等违法犯罪行为以至于身陷监狱。

吸烟“百害而无一利”，影响健康，缩短寿命。其实我们每天还有很多人都在被动吸烟，被动吸烟俗称二手烟，危害更大。因此，我们除了洁身自好以外，还要自觉抵制和劝诫他人。对家人、对公共场所吸烟的人，我们应当适时予以提醒，使之尽量克制，从而减少吸烟，也减少被动吸烟。

21世纪应该是一个文明健康的世纪，我们要携手共同创建一个洁净健康的环境。为此我们倡议：

1.“拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”

2.鼓励和监督身边的亲人、朋友戒烟。

**世界无烟日演讲稿篇五**

各位老师、同学们：

大家上午好！我是504班的，今天，我国旗下演讲的话题是世界无烟日，让吸烟远离世界!

下周六，就是5月31日，大家知道那是个什么日子吗对，世界无烟日。在这个日子里，我们都要告诫身边的大人不要抽烟，这样，既保护了自己的健康，又为他人创造了一个良好的环境。

相信每个同学都知道，烟草危害是当今世界上最严重的公共问题之一，也是人类健康所面临的最大危险因素。我先来给大家读一组数据吧，据统计，目前全球烟民人数达13亿人，每年因吸烟致死近500万人，而据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中的尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包烟，相当于吸入了50——70毫克的尼古拉，再加上点燃香烟时产生的约5000种化学成分，足以让人得癌，严重的话，会致人于死地。

少年强则国强,少年弱则国弱。为了摘掉烟草大国的帽子,为了下一代的健康成长,我们要大声呐喊：请别再吸烟了!

谢谢大家!

**世界无烟日演讲稿篇六**

各位领导、老师、同学们：

大家早上好！

正是因为吸烟有着如此巨大的危害，在许多国家都成立了民间反烟组织，甚至就在许多国家的政府也都纷纷下令禁止在公共场合吸烟，以抑制烟民的热情。然而，就是在今天这样一个全球上下一片反烟之声的时代里，我们学校的少数同学却正在尝试着吸烟，或许，他们自认为自己的行为很酷，很吸引人注目。可是，当他们在走廊的转角，在无人的车棚，甚至是在厕所里抽烟时能睁开眼睛好好看一看的话，就不难发现周围同学的震惊，反感和不屑。的确，香烟或许能给人以逃避现实中不顺的机会，可是我们正处在生长发育期，如果此时抽烟的话，不但会引发诸多疾病，还会干扰我们身体的正常发育。长期如此的话，大量的尼古丁甚至还有可能诱导器官的畸变，使人发育畸形，这都是我们为一时之快所付出的代价，更何况，科学研究已经证实：因为青少年的呼吸道与神经系统尚未完全发育，此时吸烟除了使人的喉咙肿痛，干涩外，不会给人带来任何舒适感。所谓的“吸烟能给青少年减轻压力”只是一句天大的谎言而已。

同学们，吸烟对我们有百害而无一利，为了我们自己的.将来，也为了别人的明天，让我们携起手来，一同抵制吸烟吧！当有人向你递上香烟时，请有礼貌而坚定的拒绝；当看到亲朋好友吸烟时，请勇敢地走上前去制止他们；当看家陌生人在吸烟时，也请礼貌地向他宣传吸烟的害处。同学们，抵制吸烟不仅需要国家、政府的努力，更需要我们的支持，让我们从细节做起，从生活中的一点一滴做起吧！我相信，当真正的无烟社会到来时，受益的一定会是我们所有人。

**世界无烟日演讲稿篇七**

各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

吸烟对身体有极大的.危害，每天因为吸烟死的人数就有不少，现在，不但大人吸烟，有的小孩也开始吸烟，先是模仿，后来有好奇心，然后一吸烟，就上瘾了，还想吸第2口，有的好学生，被一些坏孩子带坏了，也去吸烟，最后上课不发言，下课作业也完成不了，最后变成了差等生。

在家里，有些家长也吸烟，但是家里的人不喜欢眼味，一闻就不舒服，所以，请家族不要吸烟，不要为了自己的一次舒服，让家里的人难受！

学生吸烟，最初应该是那些逃学，或者不好好学习，不好好写作业，但是爱骂人，这类学生应该注意，因为这类学生最可能吸烟！

在此我推荐：吸烟有害健康，请大家不要吸烟！

谢谢大家！

**世界无烟日演讲稿篇八**

尊敬的各位老师，同学们：

大家早上好！

很荣幸能够站在国旗下为大家带来关于无烟日的演讲，希望大家都不要做一个危害大家健康的人。

烟，对人的肺、心脏等人的内脏造成十分严重的危害，严重一点甚至会导致死亡。由此可见烟对人的危害有大了吧！当然烟对于我们这些十二岁左右的青少年更是像“手榴弹的脾气——一拉就火”。

据我所知烟里有一种害人不浅的一种化学元素——尼古丁。一包香烟大概有50到100毫升的尼古丁，要是一下子服用这么多尼古丁，那么后果不堪设想。但是千万别造成以为只要一次性不吸那么多就没事的错误思想，要知道烟是毒品，它更海洛因、x毒一样能一下子将毒素在短短的十秒钟之内深入大脑，使人像“十字路口迷了路——分不清东南西北”，导致“上瘾”，再也无法自拔。唉，正可为“一失足成千古恨”哪！

烟这种东西在市场得到畅销也不能烟贩子，我倒是要在这批评那些吸烟者不能控制住自己的烟瘾，自己主动走进了小店，掏腰包，简直就是“爱烟如命”我真的不懂烟这种可致人死地的东西有什么好吸的？也许他们也就是由于一时的.糊涂而断送了他（她）的前途。

现在有许多学校都在墙壁上贴了“不准吸烟”的公告。我觉得的这种做法很正确。我曾在网上看到我国20xx年竟然有约摸六万的青少年吸烟，这数字令人听了不由感到无比震撼，甚至有点伤感。

因为有许多吸烟少年都是受了吸“二手烟”而染上烟瘾的；不过现在好了，我们的学校、其他学校都及社会的公共场所到处都在宣传戒烟，不吸烟，美国、中国等其他国家都设定每年的五月十二日为“世界无烟日”。

也许你会说有的香烟听说某某香烟是无毒的，这烟种能吸吧。我倒不同意这说法，现在有些不法商人会为了赚钱而欺骗消费者。所以最好还是不要吸烟的好，在前文我已经说过了烟想“迷魂汤，一点就上瘾”，要是你吸烟已成惰性，你必须去尝试戒烟了，不然非让你吸得面黄肌瘦、倾家荡产不可，但是到那时已经晚，要知道世上可没“后悔药”哦！

虽然社会上有许多人吸烟，但我感到一丝欣慰的是我们家是无烟家庭。

我期望世上这样的家庭能有更多；让我们这些祖国未来的花朵能生活在无烟的环境里，让世界更美好。

我的演讲完毕，谢谢大家

**世界无烟日演讲稿篇九**

各位老师、同学们：

早上好!

今天国旗下讲话的主题是《拒吸第一支烟、做不吸烟的新一代》。

5月31日，是世界卫生组织发起的第二十五个世界无烟日。为进一步提高全社会对吸烟危害的认识，营造无烟、清洁、健康的工作环境和公共环境，做好履行《烟草控制框架公约》工作，卫生部、全国爱国卫生运动委员会近日通知要求开展第二十个世界无烟日活动。世界无烟日主题是“不抽烟”，旨在提高公众对被动吸烟和环境烟草烟雾危害的认识，号召公众积极参与创建无烟环境，营造健康清新的工作环境和公共环境，免除吸烟和被动吸烟给人类带来的健康危害。

吸烟有害健康，戒烟、不吸烟是我们养成健康生活习惯，调节健康心态，建设健康环境，建立健康人际关系的重要内容。特别是青少年学生是祖国的未来，民族的希望，青少年在学习和生活中存在的吸烟等不良习惯和行为，直接影响构建和谐社会的进程。

青少年正处在生长发育阶段，对有毒有害物质比成年人更容易吸收，毒害作用更大，绝不能轻易让烟雾来吞噬你们聪明的.大脑、影响正常的生长发育。据报载，一支香烟的尼古丁足以杀死一只老鼠，多么可怕的事实!医学实验证明，大量吸烟会影响到人体的所有器官和细胞组织，导致各种疾病的产生，诸如慢性气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为全世界的共识。

从另一个方面讲，不吸烟不仅有益于健康，也是一种高尚公共卫生道德的体现。21世纪应该是一个文明健康的世纪，我们要为21世纪创造一个洁净健康的环境。为了提高社会文明程度，保障人民身体健康，提倡社会公德意识，养成良好的生活卫生习惯，最大限度的减少吸烟造成的危害，努力争创文明校园、绿色校园，我们倡议：

1、教师首先戒烟、不吸烟以为人师表的示范作用，教育学生拒吸第一支烟，不做吸烟的新一代，远离香烟，努力营造不吸烟的育人环境。

2、今天下午校队会课，在全校同学中，开展“拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”签名活动，坚决拒吸第一支烟。

3、全校师生要积极参与家庭和社区控烟宣传工作，广泛宣传控烟的有关法律规定和吸烟有害健康的卫生知识，自觉遵守公共场所禁止吸烟的法规，带头不吸烟，并劝阻他人不吸烟。

4、鼓励监督身边的同学、亲人、朋友戒烟。

禁止吸烟，控制烟害是世界的潮流，是现代文明的体现!远离香烟、拒绝烟草是我们的心声，更应是我们的行动;拒绝吸烟，创造和谐的校园环境是全体师生共同的责任，抵制第一支烟的诱惑更要从青少年学生抓起。让我们一起努力，为营造和谐的校园环境，为创建无烟校园、创建文明校园贡献我们的力量!

**世界无烟日演讲稿篇十**

尊敬的各位领导，评委，亲爱的黄埔学子:

大家晚上好!

“香烟随风飘，戒烟莫忘掉”是我今天演讲的主题。

我亲爱的同学们，吸烟的黄埔兄弟们，你们有没有搞清楚自己吸烟的真正原因?有的`出于公共社交的需要，有的为了减轻心理压力，而现在的我们则是为了追求时髦。而这种所谓的时髦是无形杀手，时刻危害着自己，影响他人。

今天，我们为了爸爸妈妈，为了他人，更为了自己，像戒烟成功的美国总统奥巴马一样，从现在开始，把烟戒掉吧!兄弟们，我相信你们，记住我，记住今天，从现在开始戒烟吧。

让香烟随风飘去，跨过我们的黄埔大学，从此之后，向我们黄埔兄弟姐妹们说再见!发扬爱国，崇德，团结，奋进的黄埔精神。

爱国—为祖国栋梁打下基础，让香烟远离祖国;

崇德—念父母，为他人，远离香烟;

团结—手牵手，心连心，共同戒掉香烟;

奋进—把我们黄埔打下建造成绿色，文明，健康的校园!

**世界无烟日演讲稿篇十一**

老师们，同学们:

大家好!

今年的5月31日是第18个世界无烟日，主题是\"卫生工作者和控烟\".相信每一个人都知道，烟草的危害是当今世界最严重的公共卫生问题之一，是人类健康所面临的最大的危险因素.目前全球烟民的总量已突破13亿人，每年因吸烟致死近500万人.为此，1987年11月联合国世界卫生组织建议将1988年的4月7日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年的5月31日.开展这项活动，目的在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类自己创造一个健康的生存环境。

那么烟草究竟有多大危害呢

据研究，一支香烟里含的尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中的尼古丁能毒死一头牛.每天吸一包香烟，相当于吸入了50-70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地.除尼古丁外，点燃香烟时产生的约5000种化合物，都是导致癌症的元凶。

世界卫生组织在今年发表的一项声明中指出:\"如今烟草已经成为全球的第二大杀手.吸烟所产生的破坏比非典和最近的海啸还要严重.如果维持当前的`趋势不变，到20xx年，每年将有1000万人因吸烟而过早去世.\"

既然烟草有如此可怕的危害，为什么有众多的人吸烟呢分析其原因主要有两个:一是烟草中所含的尼古丁令人上瘾，使人对它产生依赖，不容易戒掉;另一个原因是大多数人还没有把吸烟看成是一个丑陋的，既害人又害己的恶习.相反，认为这是一件很有派头，很潇洒的事情.因此，吸烟的人群像滚雪球一样越滚越大，人们对它的依赖也越来越强。

然而，烟草商们说:\"我们生产的烟是给那些没有知识的人，年轻的人和愚蠢的人吸的\"。

我国是世界上最大的香烟生产国，也是最大的香烟消费国.全世界三分之一以上的香烟是由中国人一口一口吸掉的而在我国的烟民中，青少年又占了很大的一部分.对青少年来说，吸烟的危害远比想象中大得多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育.这是因为青少年正处于身体迅速成长发育的阶段，身体的各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质的抵抗力不强，受烟雾的毒害也就更深，甚至可以导致早衰，早亡。吸烟还可能使青少年养成不良的生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪.反吸烟已成为我国迫在眉睫的当务之急.为此，我国政府提出了在今后20xx年中，将我国的烟民总数减少1.1亿的总体目标。

为了积极响应政府的号召，更为了我们自己的健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟的亲友尽量戒烟.毕竟，香烟对我们有害无益;毕竟，没有烟雾的空气会更加清新，没有烟草的生命会更加绚烂!

**世界无烟日演讲稿篇十二**

同学们，老师们：

大家早上好，我今天演讲的.题目是《远离烟草，珍爱生命》。同学们，你们知道5月31日是什么日子吗?是世界无烟日。

同学们，你知道吸烟对人体的危害吗?一支香烟里含的尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中的尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了50——70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约5000种化合物，都是导致癌症的元凶。

如今全球平均每年有40o万例、每天有11000例死亡与烟草有关。世界卫生组织发表的一项声明中指出：“如今烟草已经成为全球第二大杀手。吸烟所产生破坏比非典和海啸还要严重。

我国世界上最大香烟生产国，也是最大香烟消费国。全世界三分之一以上香烟由中国人一口一口吸掉。而在我国烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟危害远比想象中大得多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。因为青少年正处于身体迅速成长发育阶段，身体各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质抵抗力不强，受烟雾毒害也就更深。

反吸烟在我国已经是迫在眉睫。为此，我国政府提出了在今后25年中，将我国烟民总数减少1.1亿总体目标。

为了积极响应政府号召，更为了我们自己的健康，我们呼吁，全体同学远离烟草，珍爱生命。

**世界无烟日演讲稿篇十三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

吸烟对身体有极大的危害，每天因为吸烟死的`人数就有不少，现在，不但大人吸烟，有的小孩也开始吸烟，先是模仿，后来有好奇心，然后一吸烟，就上瘾了，还想吸第2口，有的好学生，被一些坏孩子带坏了，也去吸烟，最后上课不发言，下课作业也完成不了，最后变成了差等生。

拒绝吸烟演讲稿配图

在家里，有些家长也吸烟，但是家里的人不喜欢眼味，一闻就不舒服，所以，请家族不要吸烟，不要为了自己的一次舒服，让家里的人难受!

学生吸烟，最初应该是那些逃学，或者不好好学习，不好好写作业，但是爱骂人，这类学生应该注意，因为这类学生最可能吸烟!

在此我推荐：吸烟有害健康，请大家不要吸烟!

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com