

タバコを吸わない人も知らないうちに「喫煙」しています



◆受動喫煙について◆

タバコを吸わない人が他の人のタバコの煙を吸い込んでしまうことを『受動喫煙』といいます。受動喫煙があると、タバコを吸わない人の体内からも実際にタバコの煙の成分が検出されます。吸わない人も自分の意思とは関係なく喫煙している状態なのです。

*タバコの副流煙には有害物質がいっぱい

タバコの先から出る煙(副流煙)には、喫煙している本人が口から直接吸い込む煙(主流煙)よりも高濃度の有害物質が含まれています。

例えば…(主流煙と比較して副流煙中には)ニコチンは 2.8-19.6 倍、一酸化炭素は 3.4-21.4 倍含まれています。

喫煙は吸っている本人の健康にとって良くないのはもちろんですが、周りの人の健康にも悪影響を及ぼします。

*受動喫煙によりおこるといわれている病気の例

- ① すぐに現れる症状…目や鼻の刺激症状、のどの痛みや咳、呼吸がしにくい、指先の冷え、心拍数の増加など
- ② 長期的な影響…肺がん、鼻腔・副鼻腔がん、乳がん、脳卒中、慢性呼吸器症状、喘息、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、虚血性心疾患など
- ③ 妊婦、胎児、新生児への影響…早産、胎児発育遅延(IUGR)、乳幼児突然死症候群(SIDS)、新生児の低体重化、新生児の将来的な肥満や糖尿病

*受動喫煙によりおこるといわれている子どもの病気などの例

中耳炎、喘息、呼吸機能の低下、小児がん、呼吸器感染症、身体発育の低下、虫歯など

受動喫煙はタバコの好き嫌いの問題ではなく、命や健康にも影響を及ぼすことが報告されている深刻な問題です。

周りの人を受動喫煙から守るためには、**完全禁煙**が不可欠となります。

【引用文献】・

・喫煙と健康影響に関する検討会編 <https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-10901000-Kenkoukyoku-Soumuka/0000172687.pdf>

・東京都例規集:東京都子供を受動喫煙から守る条例 http://www.reiki.metro.tokyo.jp/reiki_honbun/ag10148951.html