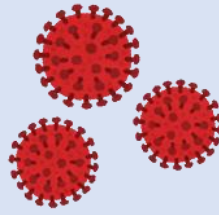


COVID-19(新型コロナウイルス)と喫煙の関連性

喫煙が、COVID-19の重症化と死亡率を**30~50%**増加させます。

<COVID-19 の重症化因子>

1. 高齢(60 歳以上)
2. 喫煙(現喫煙者並びに過去重喫煙者)
3. ぜんそく
4. 糖尿病、肝疾患などの慢性疾患



(日本禁煙学会より)

！喫煙はCOVID-19重症化の最大のリスクです

喫煙者は人工呼吸器が装着される、あるいは死亡する**危険性が非喫煙者の3倍以上**になります。感染予防として手洗い・うがいなどが重要なように、ウイルスが付着した手で口元に触れることは感染のリスクになります。タバコを吸うと何度も口元に汚染された可能性のある手を近づけることになるため、**感染リスクをさらに高めること**になります。

年齢や基礎疾患(糖尿病・高血圧など)比べても重症化の最大のリスクです。



！三密「密閉」「密集」「密接」の喫煙室は濃厚接触の場です

密閉された狭い空間で大勢が喫煙する喫煙室は「密閉」「密集」「密接」の典型です。

マスクをせずに2メートル以内の距離で感染者と数分間過ごすことは、濃厚接触到当たります。

三密の場である喫煙室の使用は感染の危険と隣り合わせであり、実際に喫煙室での感染が疑われる事例も報告されています。



！あなた自身と家族、同僚を守るため、この機会に禁煙を。

世界保健機関(WHO)もCOVID-19対策として「禁煙すること」を強く推奨する声明を出しています。タバコはCOVID-19の感染、重症化リスクを高めるだけでなく、がんをはじめとする様々な病気の最大の危険因子です。在宅勤務等により自宅で過ごす時間が増える中では、家族を受動喫煙にさらす危険性も高まります。

禁煙に遅いということはありません。

禁煙したその日から、体は改善し、様々な病気のリスクも下がります。
あなた自身と家族、同僚を守るため、ぜひこの機会に禁煙に取り組みましょう！

禁煙



参考文献:呼吸器学会「新型コロナウイルス感染症とタバコ」について
日本禁煙学会ホームページより