

喫煙するとどうなるの？ Q&A

Q: 喫煙はからだに悪いの？

A: たばこの煙には5,300種類以上の化学物質が含まれ、発がん性があると報告されている物質も約70種類存在しています。



また、近年世界的に広がってきている無煙たばこについても、使用者への健康被害が指摘されています。

Q: 加熱式たばこもからだに悪いの？

A: たばこ葉やその加工品を電気的に加熱し、発生させた煙を吸入するたばこ製品を加熱式たばこと呼びます。

近年、加熱式たばこは、喫煙者本人及び周辺への健康影響や臭いなどが紙巻たばこより少ないという期待から、使い始める方がいますが、加熱式たばこにもニコチン等の有害物質が多く含まれています。

Q: 未成年から喫煙していると？

A: 未成年者の喫煙は、成長に悪い影響を与えるほか、身体に酸素が十分に行き渡らず、持久力の低下をもたらします。また、たばこを吸い始めた年齢が若いほど、ニコチン依存になりやすく、がんや心臓病などの危険度も高まります。

Q: 吸い続けるとどうなるの？

A: 喫煙は、がんの原因になることは広く知られていますが、喫煙を続けることによって様々な病気のリスクが高まります。

がん以外では、COPD(慢性閉塞性肺疾患)や気管支炎などの呼吸器系の病気を引き起こすだけでなく、胃潰瘍や十二指腸潰瘍などの胃腸の病気、歯周病、糖尿病などにかかりやすくなります。喫煙は動脈硬化の進行を早める働きがあるため、狭心症や心筋梗塞、脳卒中など、心臓や血管にかかわる病気の死亡の危険度を引き上げます。

Q: COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、どんな病気？

A: COPDの原因としては、50%~80%たばこの煙が原因といわれ、重症化する少しの動きでも息切れしてしまい、酸素吸入が必要になるなど、生活に大きな影響がでます。

COPDは、たばこの煙に含まれる有害物質によって、気管支が炎症を起こして狭くなり、酸素を取り込む細胞が壊され、呼吸がしにくくなります。壊れてしまった細胞は元には戻りませんが、治療をすることによって進行を遅らせたり、症状を和らげることができます。

該当することはありませんか？



予防も治療も、まずは禁煙

こんなにあるの？ 妊娠中のたばこの害

妊娠中の喫煙によって、胎児に多くの影響が見られます。また、お母さん自身にもさまざまな妊娠合併症のリスクを増大させます。

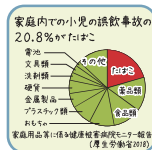


*周産期死亡とは、妊娠22週以降に死産したり、生後7週未満に新生児が死亡すること。

*非燃焼・加熱式たばこや電子たばこについては、日本呼吸器学会が「ニコチンやその他の有害物質を吸引する製品であり、使用者にとっても、受動喫煙させられる人にとっても、使用は推奨できない」との見解を出しています。

子育て中も続くの？ 育児中のたばこの害

子育て中の喫煙によって、お子さんの成長発達に影響が見られる他、病気が増えたり、事故の原因にもつなげられます。



*乳幼児突然死症候群(SIDS)とは、乳幼児に何の前ぶれもなく、既往歴もいまま突然死をもたらす病気。

