

# 受動喫煙と健康



## たばこの三大有害物質

### ニコチン

依存症にさせる作用がある。血管を収縮させ血液の流れを悪くする。

### タール

発がん性物質や発がんを促進する物質が数十種類以上含まれている。

### 一酸化炭素

酸素不足を引き起こし、動脈硬化や狭心症、心筋梗塞などの心臓病のリスクを高める。

副流煙に含まれる有害物質  
(主流煙に比べ何倍多いか)

一酸化炭素	4.7 倍
ニコチン	2.8 倍
タール	3.4 倍
ベンゾピレン	3.7 倍
アンモニア	46.3 倍



**たばこが身体に及ぼす影響**  
「たばこは身体に悪い」。誰もがそう思っていることでしょう。たばこの煙には、ニコチン、タール、一酸化炭素など、約200種類(うち約70種類は発がん性物質)もの有害物質が含まれています。そのため、たばこを長期間吸い続けると、肺がんや動脈硬化による脳卒中、心疾患、(※)COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの病気のリスクを高めます。例えば、男性非喫煙者の死亡の危険度を1とした場合、肺がんは4.45倍、食道がんが2.24倍、虚血性心疾患が1.7倍、脳卒中が1.7倍高くなるという報告があります。

**受動喫煙の恐ろしさ**  
「受動喫煙」とは、自らの意思とは関係なく、周囲のたばこの煙を吸い込むことを言います。たばこの煙には、喫煙者が直接吸う「主流煙」、たばこの燃焼部分から出る「副流煙」、そして、喫煙者が口から吐き出す「呼出煙」の3種類があります。特に、有害成分は低温の不完全燃焼時により多く発生するため、副流煙には主流煙よりも多量の有害成分が含まれています。そのため、髪や服にたばこの匂いがつくなどの不快感を与えるだけでなく、周りの人の健康にも重大な影響を与えます。

## 受動喫煙により周囲の人が高まる病気のリスク(レベル1)

### 大人

脳卒中

臭気・鼻への刺激感

肺がん

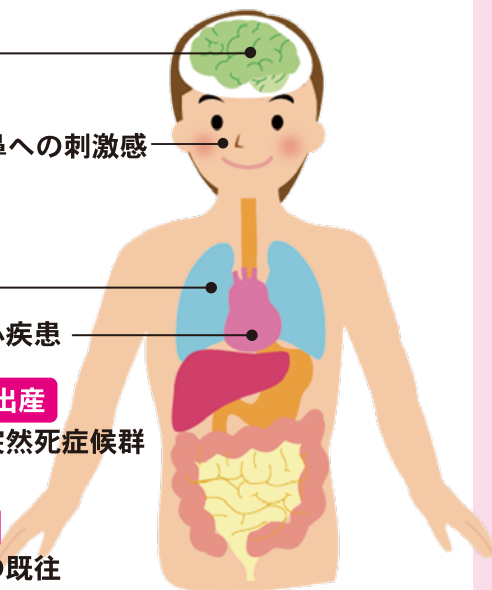
虚血性心疾患

### 妊娠・出産

乳幼児突然死症候群

### 子ども

ぜん息の既往



## その他の受動喫煙による健康影響(レベル2)

### 大人

- ・ 鼻腔・副鼻腔がん
- ・ 乳がん

#### ■急性影響

- ・ 急性呼吸器症状(ぜん息患者・健常者)
- ・ 急性の呼吸機能低下(ぜん息患者)

#### ■慢性影響

- ・ 慢性呼吸器症状
- ・ 呼吸機能低下
- ・ ぜん息の発症・コントロール悪化
- ・ 慢性閉塞性肺疾患

### 子ども

- ・ ぜん息の重症化

- ・ ぜん息の発症
- ・ 呼吸機能低下
- ・ 学童期のせき・たん・ぜん鳴・息切れ
- ・ 中耳疾患
- ・ むし歯

### 妊娠・出産

- ・ 低出生体重
- ・ 胎児発育遅延

#### ※レベル1

科学的根拠は因果関係を推定するのに十分である。

#### ※レベル2

科学的根拠は因果関係を示唆しているが、十分ではない。