

タバコの健康影響とは

最近の「タバコの健康影響」に関する報道では、受動喫煙防止が大きく取り上げられています。受動喫煙対策はもちろん重要ですが、同時に「喫煙者を減らすこと」をもっと真剣に考える必要があります。例えば、受動喫煙による日本人女性の肺がんリスクは1.3倍ですが、能動喫煙（喫煙者）の肺がんリスクは**男性で4.8倍、女性では3.9倍**（日本の研究の統合解析による）と、喫煙する人の健康被害は深刻です。

タバコの煙には**4000種類**の化学物質が含まれている！！

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ります。血管を収縮させ、血液の流れを悪くする作用もあり、動脈硬化を促進させます。

タール

たばこのヤニの成分。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ます。

一酸化炭素

酸素を運ぶ機能を障害し、酸素不足を引き起こします。動脈硬化を促進させます。

4000種類の化学物質の内、200種類以上の有害物質が含まれ、発がん性物質は50種類以上にのぼります。

5/31は世界
禁煙デー！

タバコ関連疾患

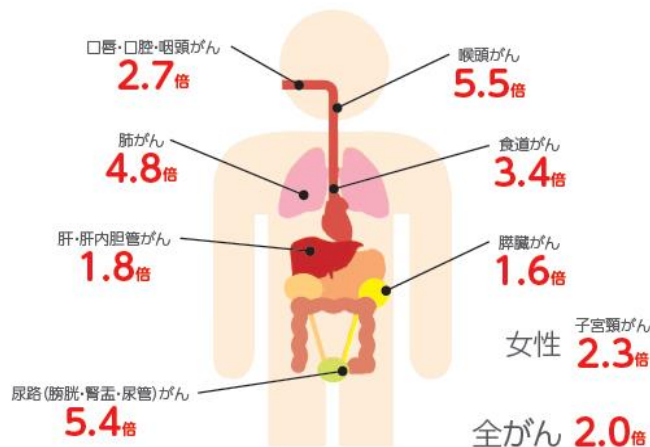
長期にわたる喫煙は、各種臓器・組織に障害を起こし、いろいろな病気のリスクを高めます。

喫煙との関連が大きい三大疾患



妊娠中の喫煙は、早産や流産、低体重児の可能性を高めます

喫煙によるがんのリスク(男性) (がんになる、またはがんで死亡する危険性)



参考：日本医師会「あなたのために、そばにいる人のために 禁煙は愛」より
Katanoda K, et al. J Epidemiol. 2008; 18: 251-64. より作成

大崎地域は

- ・男女ともに喫煙率が高い
- ・妊婦の喫煙率が高い
- ・喫煙者の受動喫煙に関する意識が低い

「大崎市健康増進計画より」



タバコ、禁煙についてのパンフレットを会計前にご用意しております。ご自由にお持ち下さい。



みやぎ大崎 ふつつつ共和国
広報大臣

ピカワキさん

大崎市民病院 健康管理センター

TEL:0229-23-3471