



予想より大きい 受動喫煙の **害**



「タバコは、決められた場所で吸えば人に迷惑をかけないからいいじゃないの？」と意見も多く聞かれますが、実際はどうなのでしょう？

タバコに含まれる有害物質や発がん物質は、タバコを吸う人自身の健康を損ねるだけでなく、家族や友人、職場の同僚など大切な人々の命も大きく脅かします。

タバコの煙は、2つに分けられます。

①

タバコを吸う人が直接
タバコから吸い込む煙

主流煙

②

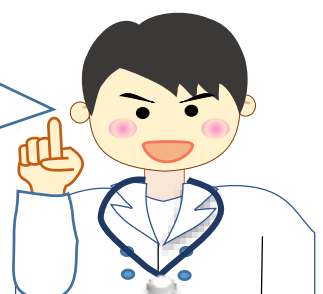
火のついた先から
立ち上る煙

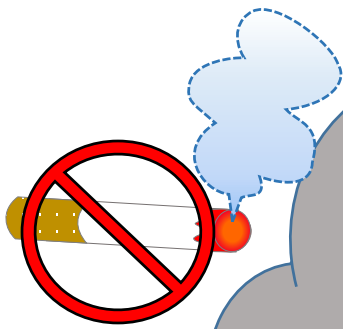
副流煙



②の副流煙を自分の意思とは関係なく吸い込んでしまうことを**受動喫煙**といいます。

受動喫煙にさらされると、がんや脳卒中、虚血性心疾患、呼吸器疾患などのさまざまな病気のリスクが高まります。副流煙には主流煙と同じく体に有害な成分が多数含まれていて、ニコチン、タール、一酸化炭素などの成分量は主流煙よりも多いとされています。つまり、**受動喫煙から受ける健康被害はタバコを吸う人以上に深刻**であるといえます。





妊婦さんへの影響としては、流産や早産のリスクが高まります。胎児の発育にも深刻な影響を及ぼします。



子どもへの影響としては、気道アレルギーが悪化して、ぜんそくが治りにくくなったり、乳幼児突然死症候群（SIDS）のリスクが高まります。成人になってからの肥満、糖尿病、メタボリックシンドロームに関連があることもわかっています。大人がタバコを吸うことで、こんなにも子どもの健康を奪っているのです。子どもの健康と将来を守るため、タバコを吸っている方は禁煙をしましょう！（健康保険が使える禁煙外来があります。）



参考資料：<https://sugu-kinen.jp/harm/passivity/child.html>

http://www.jpeds.or.jp/modules/guidelines/index.php?content_id=80

ほけんだよりは、くれ子育てねっとの子育て支援サービスでもご覧になることができます。

URL <http://www.kure-kosodate.com/>