

Health

健康づくり

健康増進課（北浦保健センター内）

☎ 0291-34-6200



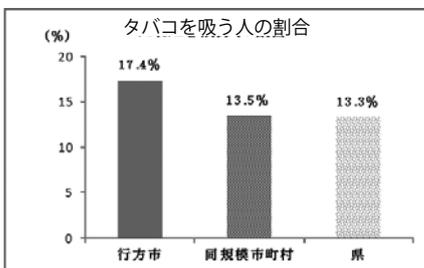
「知らない」では済まされない！

大切な人の健康を脅かす受動喫煙の害

■行方市の喫煙状況

行方市の喫煙習慣のある人の割合は17.4%で、同規模市町村や県と比べ、約4%高くなっています（図1）。男女別にみると、行方市の男性の喫煙率は年々減ってきていますが、41.1%とまだ高く、一方女性の喫煙率は10.7%と年々増加してきています。

図1



＜出典＞「平成26年KDBシステム地域の健康課題」より



■タバコの煙が悪影響を与えるのは自分だけではありません！

喫煙者の近くにいる非喫煙者が自分の意思とは関係なく、タバコの煙を吸わされてしまうことを「**受動喫煙**」と言います。そして喫煙者が吸い込む「**主流煙**」よりも、タバコ先端から立ち上る「**副流煙**」に含まれる有害物質の濃度の方が高いことがわかっています。

厚生労働省の研究班によると、受動喫煙が原因で肺がんや心臓病で死亡する成人は、年間約6,800人にのぼると推計されています。

＜主流煙を1とした場合の副流煙による有害物質の割合＞

- ニコチン（血流悪化）：2.8倍
- タール（発ガン物質・ヤニ）：3.4倍
- 一酸化炭素（酸素不足を招く）：4.7倍
- アンモニア（目を刺激する）：46.0倍

＜受動喫煙により引き起こされる病気＞

- 大人 ●鼻刺激 ●心筋梗塞 ●喘息発作 ●肺がん ●慢性気管支炎 ●脳卒中
- 妊婦 ●低出生体重児 ●早産
- 子ども ●中耳疾患 ●呼吸器症状 ●喘息 ●肺機能低下 ●乳幼児突然死症候群 等

■目の前で吸わなければ大丈夫!?

両親が非喫煙者の子どもの尿中ニコチンを1とした場合、屋外で喫煙する両親の子どもの尿から2倍以上、屋内の換気扇の下で吸っている両親の子どもの尿からは3.2倍、屋内で吸っている両親の子どもの尿からは15.2倍のニコチンが検出されたそうです。喫煙する両親の息や衣服についたタバコの煙による受動喫煙が大きな原因と考えられています。



★自分の健康のために、大切な人のために、禁煙を考えてみませんか!?

★禁煙を考えたら、ご連絡ください。禁煙外来をご紹介します！

健康増進課（北浦保健センター内）☎0291-34-6200