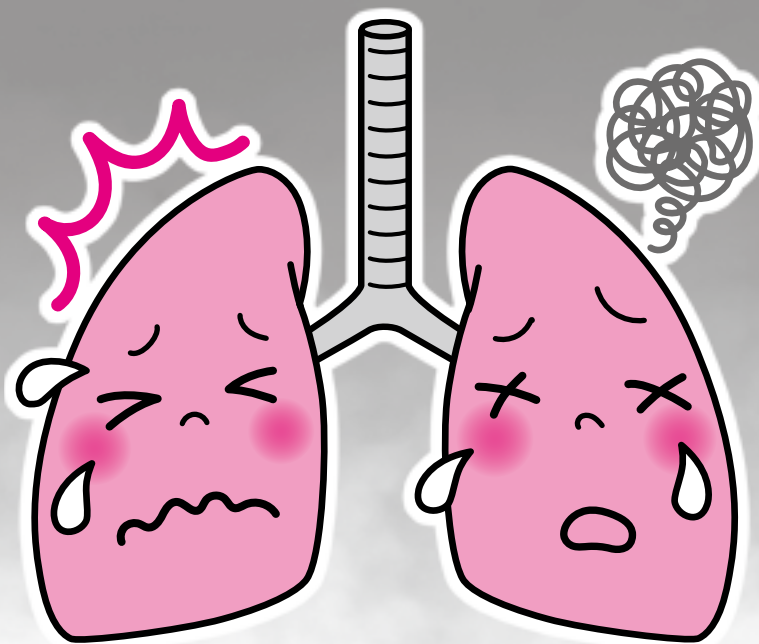


たばこの影響を知っていますか

喫煙の影響により、死亡や疾病のリスクが高くなること
が分かっています。健康を守るためにも正しい知識を身
に付けましょう。



別名「たばこ病」

慢性閉塞性肺疾患（COPD）は、
たばこの有害物質を吸い込むこと
で、気管支や肺に炎症が起こり呼
吸困難になる病気です。別名「た
ばこ病」とも呼ばれ、慢性的なせ
きやたん、息切れが特徴です。

肺にある細胞は一度壊れると二
度と再生しないため、完治せず、
進行を遅らせることしかできませ
ん。

重症化すると呼吸不全に陥り、
酸素投与が必要になるなど、命に
関わる病気へと発展します。重症
化させないためにも早期発見と早
期治療が必要です。

全身に影響を及ぼす

喫煙によって肺に起こった炎症
が全身に影響し、糖尿病や心血管
障害（心筋梗塞、狭心症、脳血管疾
患）を引き起こすリスクがあります。

また、COPDを発症していな
い喫煙者に比べて、COPD患者
の方が肺がんの発生率が高いとい

われているほか、息切れにより活
動性が低下して要介護状態になっ
てしまうこともあります。

さらに、インフルエンザなどの
呼吸器ウイルス感染による合併症
のリスクが高いことが分かっています。
インフルエンザなどの呼吸
器疾患は、COPDの悪化につな
がる主要な原因であり、悪化する
と長期にわたって日常生活に支障
をきたす可能性があります。

周囲の人にも影響が

たばこから立ち上る煙（副流煙）
には、喫煙者が直接吸い込む煙
（主流煙）よりも発がん性物質や二

屋外での 「受動喫煙」防止に ご協力を

健康増進法では、望まない
受動喫煙をなくすことを目的
として、学校や病院、行政機
関などの敷地内では原則禁煙
としています。また多くの人が
利用する飲食店などの施設
については、原則屋内禁煙と
するなど、受動喫煙対策が強化
されています。

「たばこの煙を吸わされて
困っている」と多くの相談が寄
せられています。人通りが多い
場所での喫煙は控え、周囲
の人に配慮をお願いします。

禁煙治療という選択

「やめたくてもやめられない」
といったニコチン依存の高い人は、
一定の要件を満たせば禁煙治療に
保険が適用され、薬物治療やカウ
ンセリングを受けることができます。
この機会に禁煙外来を受診し
てみませんか。

※くわしくは地域医療政策課（☎
27・1119）へ。

コチン、一酸化炭素などの有害物
質が多く含まれています。

この有害物質は、肺がん、虚血
性心疾患、脳卒中、COPDなど
の原因となります。さらに、妊婦
がたばこの煙を吸い込むことで、
乳幼児突然死症候群を引き起こす
要因になるといわれています。

そのほかにも、子どものぜんそ
くの原因となるなど、周囲の人の
健康も脅かすこととなります。