

## みなと健診センターだより



今回のテーマは

受動喫煙



●受動喫煙とは、非喫煙者(タバコを吸わない人)がタバコの煙を吸い込むことです。短時間の受動喫煙でも 頭痛、頻脈、皮膚温低下、血圧上昇が起きます。せき・たん・息ぎれ、気管支喘息、慢性気管支炎を起こさ せたり、動脈が硬くなったりして、心筋梗塞・脳卒中など起こりやすくなります。

また、肺がんの死亡リスクが、ヘビースモーカーの夫を持った女性では2倍になると言われています。



せき 2.8~3.8 倍 たん 1.6~3.4 倍



**■■** 気管支喘息 1.5~2.0 倍 慢性気管支炎 1.7~5.6 倍



心筋梗塞 1.25~1.3 倍

脳卒中 1.8 倍 肺がん 1.2 倍

- 親の喫煙は、子どもの命とすこやかな発達をむしばみます。 おなかの中にいる胎児のうちからタバコの影響を受けます。子ど もがほしいと思ったときから、両親だけでなく家族、 友人など周りの人たちにも禁煙を呼びかけましょう。
- ●タバコの煙は、PM2.5 に該当する微粒子で有毒ガスと 70 種類 以上の発がん性物質を含みます。PM2.5 とは、石炭や石油 などの燃焼により発生する直径 2.5 マイクロメートル以下の 微粒子の総称です。粒子が小さいため上気道で除去されず、 肺の最深部(肺胞)まで到達して炎症を起こします。

受動喫煙が子どもにもたらす健康被害	
低出生体重児	1.5 倍
乳幼児突然死症候群	2~5倍
早産	1.5 倍
気管支炎・肺炎	1.5~2 倍
気管支喘息	1.5 倍
慢性気管支炎	1.5 倍
中耳炎	1.5 倍

出典:松崎道幸 日本禁煙学会雑誌 2010:5:22-26

## 勘違いにご用心

- ●家庭用空気清浄機で受動喫煙は防止できません。吸い込み能力が低く、タバコの有害 物質を除去できないことが、電気メーカーの取扱説明書には明記されています。
- ●換気扇の下での喫煙でタバコの煙はすべて排気されるわけではありません。換気扇を 回してカレーを作っていても、家中に臭いが拡がることと同じです。





●ベランダでの喫煙は、サッシが閉まっていても、上下のレールとサッシの隙間から煙が部屋の中に入り込ん できます。

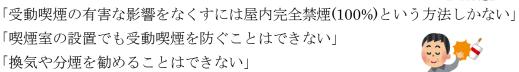
## 残留タバコ成分(3次喫煙)を知ってますか?

喫煙者の口臭や衣服がタバコ臭くて困ったこと、居酒屋に行った後、髪の毛や洋服にタバコの臭いが染み付い たことはありませんか?髪の毛等に付着した粒子成分から揮発するガス状成分(タバコ臭)が原因です。厚生 労働省は「残留タバコ成分」と定義して、注意喚起が必要としています。 当院の禁煙外来

## 受動喫煙防止の対策







呼吸器内科外来 電話:045-628-6100

(完全予約制)

平日 8時30分~午後4時

隔週水曜日 午後3時~4時

■厚生労働省の通達 \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* 「多数の者が利用する公共的な空間については、原則として全面禁煙であるべきである」

「屋内への逆流」や「出入口での受動喫煙」を防止するために「喫煙場所は施設の出入口から極力離すべき」

病院や官公庁施設などの「第1種施設」→禁煙

飲食店、宿泊施設などの「第2種施設」→禁煙か分煙

受動喫煙防止の取り組みは、今後ますます 進んでいくことが予想されます。

