

## 受動喫煙によって起こる病気



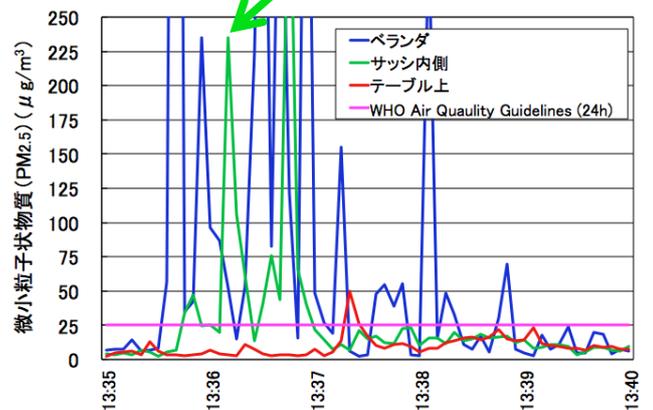
ご自身が喫煙しなくても他人のタバコの煙を無意識に吸うことで、日本では1年間に6,800人もの方が亡くなっているとの推計を厚生労働省の研究班は発表しています。タバコの煙の影響がもっとも大きいのは、鼻、耳、喉などの空気の通り道にあたる部分ですが、発達途中にある子どもは、脳の働きにも影響を及ぼし、知能の低下や注意力散漫といった傾向も報告されています。

## こんなシーンはありませんか？

### 1. 家族がベランダで喫煙している

タバコの煙の粒子の径は0.1~1.0 μm で花粉の30~300分の1と小さいため、図のように室外で喫煙しても室内に流れこみます。そのため、家庭内で喫煙をする場合、子どもの体内に入るニコチン量は、吸わない家庭と比較して室内は15倍、換気扇の下では3.2倍、ベランダで2倍となります (A.K.Johansson;2004)

空気清浄機では、有害ガスを取り除くことはできません。まずは、受動喫煙に対する正しい知識を持つことが重要です。



出典：産業医科大学 教授 大和浩

### 2. 飲食店等で目や鼻が辛い

タバコ煙濃度と健康影響		
受動喫煙の程度	タバコ煙濃度 (μg/m³)	10万人あたり生涯超過死亡数
タバコの臭いがわかる	1	100~600
目・鼻・喉の刺激症状	4	400~2400

日本禁煙学会HP「受動喫煙防止のための常識」より

“タバコのおいがる” “目や鼻が辛い”時は、すでに環境基準の100倍~1000倍の汚染に該当します。

飲食店などで、喫煙席と喫煙席の間に壁があったとしても、ドアの開閉等でタバコの煙は禁煙席にも拡散します。なるべく、全面禁煙のお店を選びましょう。

### 3. 衣類やカーテンがタバコ臭い

タバコは火を消した後でも、衣類やカーテン等には有害成分が付着しています。この有害成分は長時間揮発することが分かっています。また、喫煙者の体内には、喫煙後30~40分間はニコチンが残っています。

車内や室内で吸わないよう、また、喫煙後、最低3分間は、家族のいる場所に戻らないよう喫煙者に協力を求めましょう。