

保健 現代社会と健康

## 11 喫煙と健康 (1)

### 学習内容

喫煙による健康への影響は、常習化することで多くの病気の引き金になることを理解します。

### 学習のポイント

#### 今、「女性と子どもたちが危ない」

「百害あって一利なし」。タバコにはこの言葉が示すように、多くの有害物質が含まれています。JT（日本たばこ産業：2004年）の調査では、日本人の成人喫煙率は男性47%、女性13%という結果が出ています。全体的な喫煙率は減少傾向にありますが、男性の喫煙率は先進諸国の中でもトップクラスです。

また、喫煙の特徴としては20歳代・30歳代の若い女性の喫煙率に増加傾向がみられます。成人の喫煙者の多くが20歳未満の若い時に喫煙を経験しており、若いときから習慣化している人が多いことがわかっています。

#### タバコの警告表示から有害性について分析してみよう

2003年に「たばこ枠組み条約」（正式名称：「たばこの規制に関する世界保健機関枠組み条約」）が、世界保健総会で採択されました。日本も2005年2月から、この条約に沿って、具体的に健康への悪影響について示すなど対策を進めています。

食品の安全性を知るために食品成分表示が義務づけられているように、タバコの有害性について知る、唯一の情報源が警告表示です。表示の一つに「**喫煙が肺ガンの原因の一つとなります**」という文があります。これらの警告表示について理解を深めることが大切です。WHO（世界保健機関）の推計では、世界でタバコが原因で死亡している人々は年間400万人にのぼるといわれています。

タバコの煙の中には、ニコチンやタールをはじめ、数々の発ガン性物質が含まれています。この煙には2種類あり、喫煙時に口に直接入る「主流煙」と点火部から立ち上る「副流煙」です。副流煙は喫煙しない人にも悪影響をもたらしますが、今回の、ラジオ講座では、主流煙が体に及ぼす急性的な影響について解説します。

喫煙の継続において、病気の発生率が高くなるのが科学的に証明されており、「心臓病、ガン、肺気腫」などがタバコ三大病とされています。

また、妊娠中の女性の喫煙では、**流産、早産、死産、低体重児、先天異常**、**新生児死亡**の危険性が高まることが明らかになっています。

警告表示にはほかに、「**喫煙者は非喫煙者に比べ2倍から4倍、肺ガンにより死亡する危険性が高くなります**」などがあり、喫煙本数が多いほど肺ガンの発生率が高くなります。喫煙本数と発ガン率の関係以上に重要なのが、**喫煙開始年齢**です。ちなみに1日に20本以上の人の肺ガンによる死亡率は、吸わない人に比べ5～6倍高くまた、発ガン率の関係では19歳以下で喫煙を始めた人と35歳を過ぎてからの人とは、肺ガンによる死亡率は4～5倍の開きがあります。10代から始めた喫煙が習慣化し、吸い続けている人たちが肺ガン発症の最も高い危険なグループといえます。