【週刊タバコの正体】

Vol.40 第7話～第10話

2018/06　和歌山工業高校　奥田恭久

■Vol.40

(No.550)　第7話　副流煙は危険

－副流煙は危険だ、が世間の常識になってほしい...

喫煙者がタバコを吸っている姿を思い浮かべて下さい。火を付けてから吸い終わるまでの時間と実際に煙を吸い込んでいる時間を比べると、吸い込んでいる時間よりも手に持っている方が長いような気がしますよね。

吸い込んでいなくてもタバコの先からはゆらゆらと煙が立ち上っています。本人が吸い込む煙を“主流煙”と呼ぶのに対して、タバコの先からでる煙は“副流煙”と言うのですが、じつは一見頼りなさそうに見えるうっすらとした副流煙は、かなり有害なのです。

(No.551)　第8話　受動喫煙と交通事故

－現在では受動喫煙による死者は交通事故を上回っている...

火がついたタバコの先端から立ち上る煙（副流煙）は、想像以上に有害で危険です。だから、その煙を吸わされる受動喫煙にも健康被害はあるはずですが、日常生活でそれを実感することはできません。ところが、下の表を見てください。

なんと、受動喫煙が原因の肺がんや心臓病などで死亡している人が全国で約６，８００人もいるのです。表をよく見ると、タバコを吸わない多くの女性が他人のタバコで亡くなっている事が分かります。

(No.552)　第9話　異常事態

－「なんでガンになる人が多いのか」を気にする人はあまりいない...

他人のタバコの煙を吸わされる受動喫煙が原因の肺がんや心臓病などで死亡している人が全国で約６，８００人もいる事を前回紹介しましたね。では、喫煙者本人がタバコのせいで亡くなる人はどれほどいるでしょうか。

下のグラフを見てください。１１年前のデータですが喫煙が原因で死亡した人は、１２万８，９００人もいるのです。ご覧のとおり、様々な要因のなかでも断トツの数字です。

１２万人というと、どこかの市町村の人口に匹敵するぐらいの人数で、毎日、日本じゅうで３５０人がタバコのせいで亡くなっている計算になります。３５０人もの人が犠牲になる事故が毎日発生していると考えると異常事態ともいえる状況です。

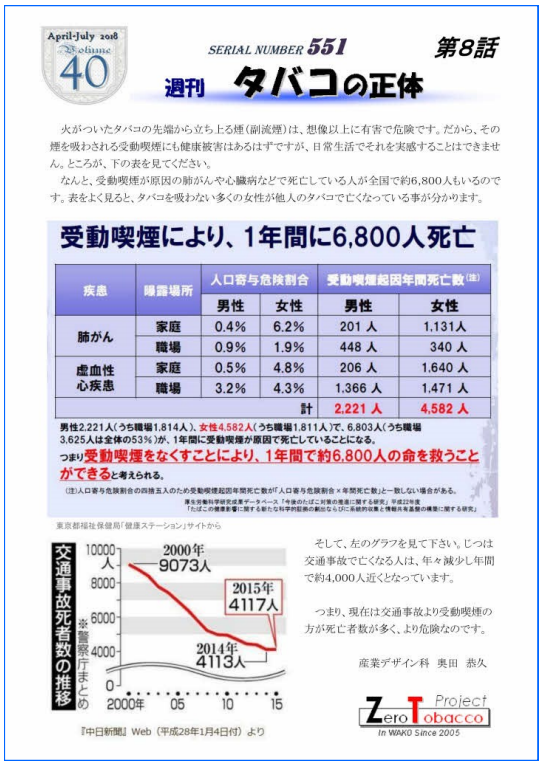
(No.553)　第10話　ストレス解消

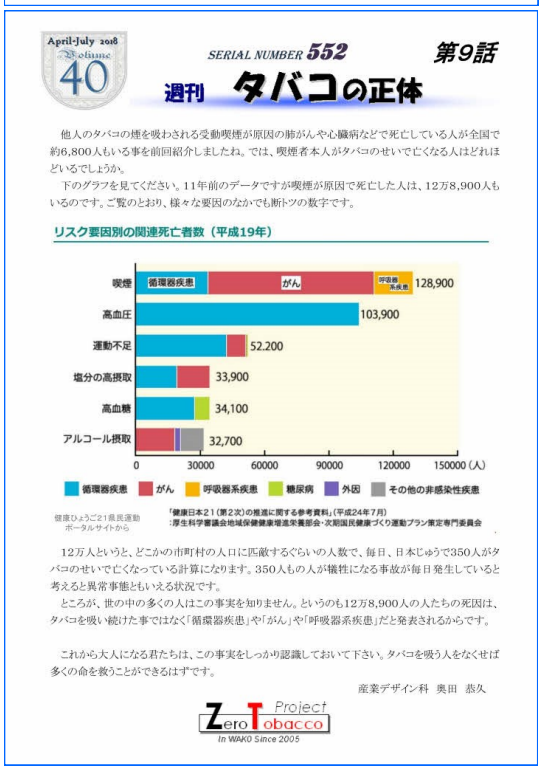
－ニコチン切れによるストレスを解消するためのタバコ...

喫煙者は毎日タバコを吸い続ける生活を送っています。タバコは身体に有害だとわかっていても、吸う事を我慢できないのはニコチン依存症になってしまっているからです。

一旦ニコチン依存症になってしまうと、左のグラフに示すように体内のニコチンが切れてくると生理的に不快な感覚が増し、イライラしてしまいます。喫煙者にとって、この状態は相当なストレスとなります。

だから、ニコチン依存症の喫煙者は、我慢した後にタバコを吸うと「タバコの煙がおいしい」と感じ、一気にストレス状態から解放されます。喫煙者は、こんな瞬間を毎日何回も繰り返しているわけです。





毎週火曜日発行

URL:http://www.jascs.jp/truth_of_tabacco/truth_of_tabacco_index.html

※週刊タバコの正体は日本禁煙科学会のＨＰでご覧下さい。
※一話ごとにpdfファイルで閲覧・ダウンロードが可能です。
※ＨＰへのアクセスには右のＱＲコードが利用できます。