

# 学生・新成人のみなさん

電子タバコ・加熱式タバコには

**絶対に**手をださないで！！

(アイコス、プルームテック・グロー)



## ●どんなタバコも有害！

「数字の小さいタバコ」「においの少ない、煙の少ないタバコ」

「ガムタバコ」「電子タバコ」「加熱式タバコ」全部、有害です！

### ●数字の小さいタバコも、ガムタバコも、ダメ

数字が小さいタバコに変えても、吸収される有害物質の量はほとんど同じか、増加することもあります。病気も減りません。ガムタバコでは口やのどのガンが増えます。

## ●電子タバコも、加熱式タバコも有害！ 受動喫煙も生じます！

電子タバコの煙には水だけしか含まれていない・・・というのはほとんどない間違い。

細胞を殺してしまう毒性のある成分やタバコと同様の有害物質も含まれています。

ニコチンが含まれているものも流通しています。

使用中の爆発事故も海外で報告されています。

絶対に使ってはなりません。

加熱式タバコ(アイコス・プルームテック・グロー)の煙にも、

ニコチンのほか、発がん物質のニトロサミンやベンゾピレン、

ホルムアルデヒドなども含まれていて有害ですし、受動喫煙も生じます。

受動喫煙はほんのわずかな量でも有害であることが判明しています。

害が減るはずと信じてふつうのタバコから変えたという人もいますが、

これも間違い。からだの反応(生体マーカー)の研究から、からだへの

害が減らないこともわかってきました。



路上で電子タバコを使用したときの受動喫煙  
(ロンドン市内にて撮影)

## ●ニコチン依存も生じます！

やめきれないと思ったら、ニコチン依存になっている証拠。

ニコチン依存は鬱(うつ)を引き起こします。

禁煙外来や薬局での禁煙相談を利用ください。

## ●電子タバコも加熱式タバコも、とても危険 絶対に使わない。勧めない。 これが一番大事です。