

週刊 タバコの正体

60種類以上の発ガン物質と200種類以上の有害物質が含まれる「百害あって一利なし」という事を知らずに、興味本位でタバコを何本か吸ってしまつてしまうと“ニコチン依存症”という病気にかかってしまい、以後何十年も毎日タバコを吸い続ける生活をしなければならなくなってしまうのです。

しかも、タバコに興味を持つのは大人になってからよりも、中学生や高校生の頃が多いのです。思春期と呼ばれるこの時期はタバコに限らず大人社会が見え始めるので興味が湧くのは自然な現象だと言えますが、興味を抱いた時タバコに関する正しい知識と認識を持っていなければ「ちょっと一本だけ」という衝動に負けてしまう子どもがいるのは悲しい現実です。

「ちょっとぐらいなら、大丈夫だろう」という感覚は非常に危険です。成人した大人に比べ、子どものほうが早くニコチン依存症になるという報告もあるぐらいですから、「ちょっと一本」は「一生、タバコを吸い続ける」人生を招く可能性があるわけです。

仮に15歳でニコチン依存症になってしまったとしましょう。すると20歳になった時には60種類の発ガン物質と200種類以上の有害物質を5年分も身体に貯めこんでしまうこととなります。同じ5年間でも15歳～20歳と20歳～25歳とでは、身体的事情は大きく違いますよね。人生で一番成長著しい大切な時期に、タバコの有害物質が身体の隅々に行きわたってしまうのですから、その後の健康状態に影響が出ないわけがありません。

下の表はそんな悪影響の一例です。15歳までにタバコを吸い始めてしまうと、一度もタバコを吸っ



ていない人に比べ、肺がんで亡くなる確率が30倍にもなるのです。成長時期の身体にダメージを与える上に、早く喫煙を始めた分だけ人より長くタバコの毒を吸い込むことになるのですから、30倍という数字には納得してしまいます。

人生は一度しかないのですから「百害あって一利なし」のタバコのために、こんな結末を迎えたいと思う人はいないでしょう。

君たちには、今まさに大切な時期を過ごしている事を肝に銘じておいて欲しいと思います。

君たちとタバコと肺がんの話、
がん研究振興財団

産業デザイン科 奥田 恭久