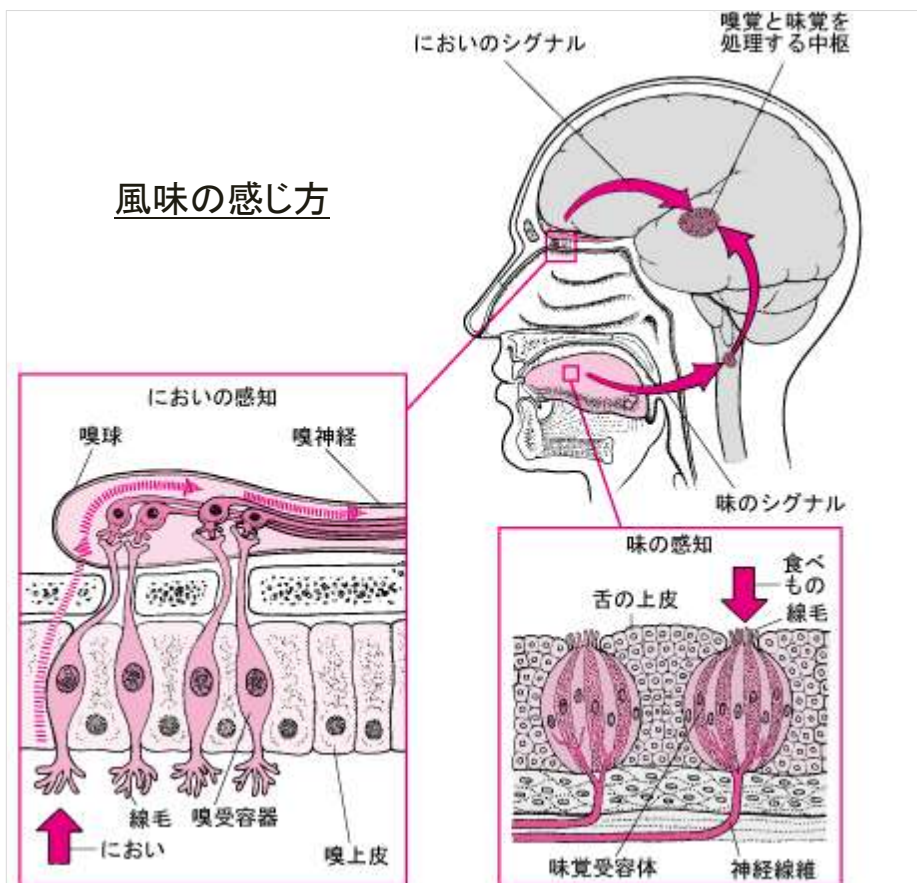


週刊 **タバコの正体**

タバコの煙は口から吸い込みますが、手にしたタバコから立ち上る煙は鼻から入ってきます。その煙には有害な化学物質がいっぱい含まれているので、喫煙者の口や鼻はタバコを吸うたびに過酷な状態にさらされます。口と鼻には、私たちの日常生活に欠かせない“味覚”と“嗅覚”が備わっているのに、こんな状況にしてしまうのは良くありません。

実際、タバコを吸うと味と匂いの感じ方に影響が出る事を知っていますか。まずは“味覚”から、そのわけを紹介しましょう。味を感じるのは口の中にある舌です。下図にあるように舌の表面には無数の線毛が分布しており、食べた物の成分などがそれを刺激します。するとその刺激に味覚受容体が反応して様々な味のシグナルを脳に伝えます。ところがタバコの煙に含まれるニコチンやタールの刺激は線毛の動きを麻痺させてしまい、味の感覚を鈍らせます。だから、微妙な味の違いがわからなくなったり、しょう油やソースなどの調味料の使用頻度が高くなったりするのです。

続いて“嗅覚”について。匂いを感じる鼻にも舌と同じような線毛が付いています。鼻に入ってきた気体に含まれる成分がその線毛を刺激すると、それに嗅受容器が反応し、様々な匂いのシグナルを脳に送るとい仕組みになっています。ところがタバコの煙に含まれるシアン化水素や活性酸素などがこの流れを阻害するのです。



さて、味と匂いは食事をする際の不可欠な感覚です。両方の感覚が合わさって「風味」を感じるのですが、タバコの煙はどちらの感覚も鈍らせてしまうのですから、料理の本当の“味”や“匂い”を味わうことができません。つまり本当の風味がわからないのです。

いかがですか、美味しい料理を満喫したくない人はいませんか。だとすれば、タバコを吸うべきではありません。

産業デザイン科 奥田 恭久