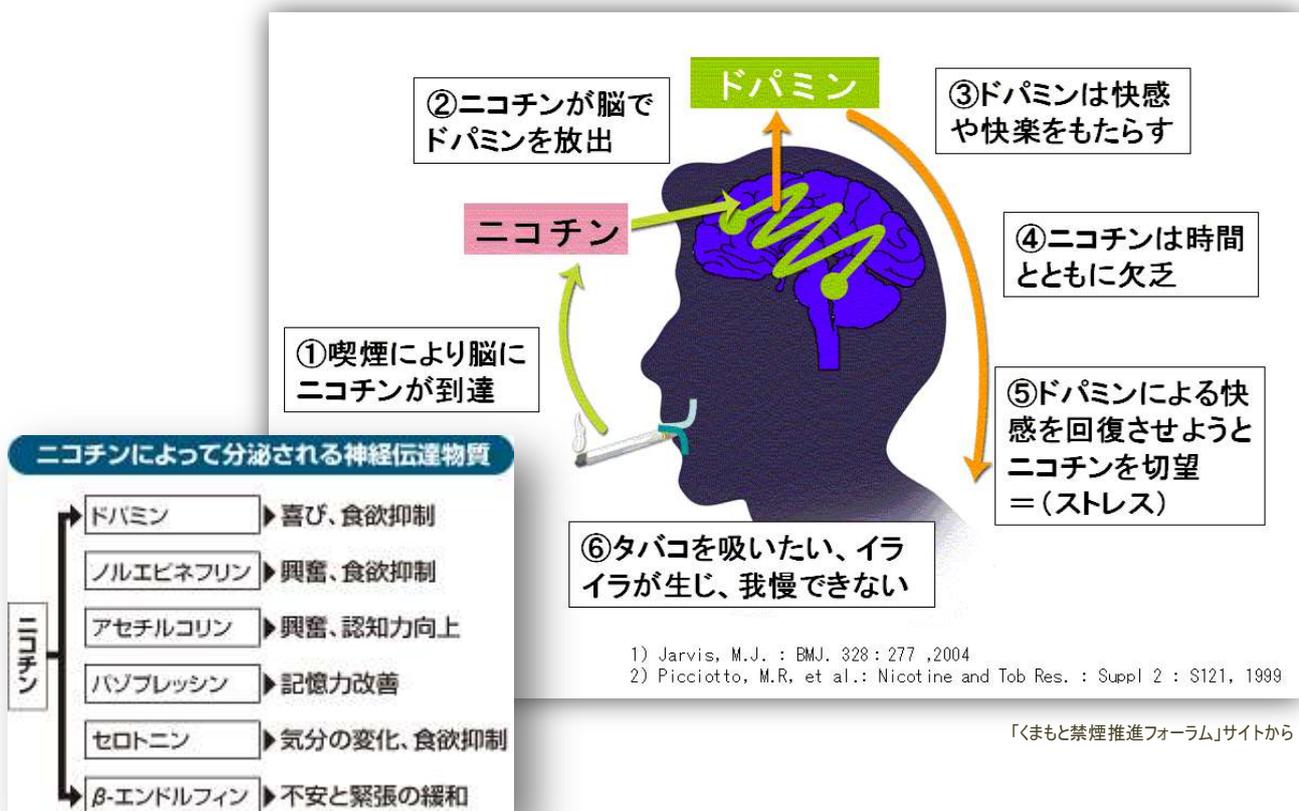


# 週刊 タバコの正体

一旦タバコを吸い始めてしまうと、“ニコチン依存症”になって、毎日1～2時間おきにタバコを吸わなければならない生活に陥ってしまいます。でもいったい“ニコチン”って、どんな物質なのでしょう。

そもそもニコチンは「毒物及び劇物取締法」で毒物に指定されている物質で、その溶液を直接飲み込んだ場合、成人でも40～60mg(タバコ2～3本分)で致死量に達するそうです。



ノバルティスファーマ「禁煙サポートサイト いい禁煙」から

しかし液体ではなく、タバコの煙とともに体内に取り込まれたニコチンには別の症状が現れます。上の表にあるように、ニコチンは神経に作用し脳内で、いくつかの神経伝達物質を分泌させます。その中でも“ドパミン”は人間に快感や快樂を与え生理的に心地良くさせてしまうわけです。

これが“ニコチン依存症”の実態で、人の心や理性が及ばない深いところで、脳がこの心地良さを求めてしまうのです。だから、心で「タバコをやめたい」と思ってもタバコを我慢できなくなるわけです。こんな状態にはなりたくないですね。

だから、タバコに手を出してはいけません。