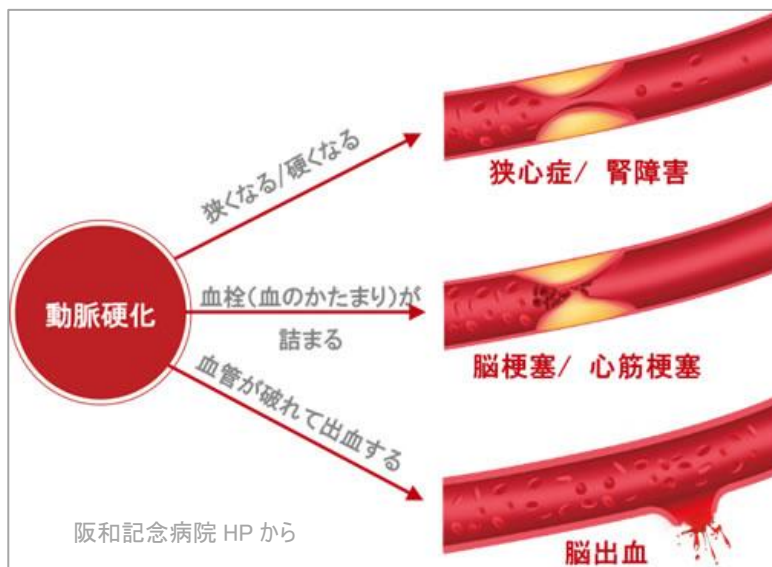


週刊 タバコの正体

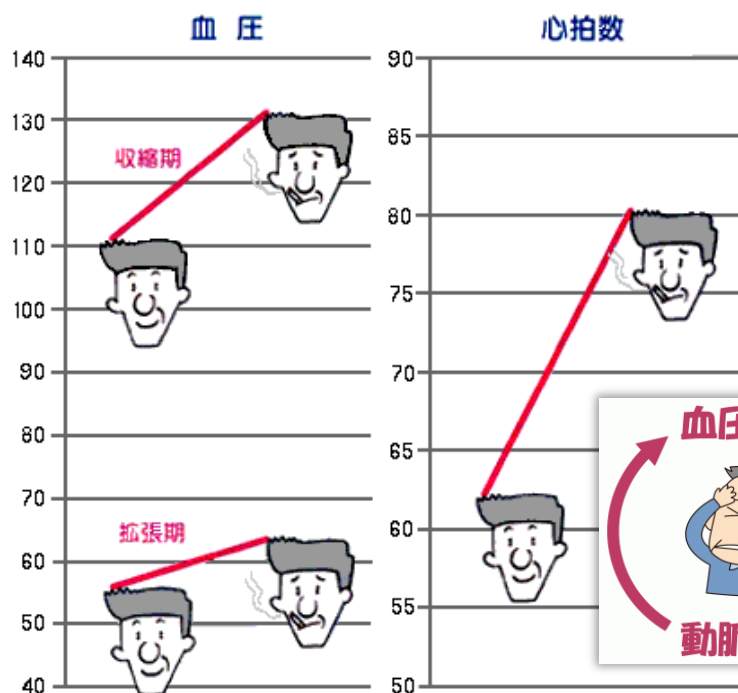
喫煙は血管にダメージを与え”動脈硬化“の原因となります。血管は体内の隅々にまで張り廻られていて、その長さの合計は10万キロメートルにおよぶと言われていています。人間一人の血管をつなぎ合わせると、なんと地球2周半もしてしまうほどの長さです。そのうち95%は目に見えない細さの毛細血管なのですが、1mm 程度より太い動脈と静脈だけでも5000キロメートルもあります。

タバコを吸い続けると、その動脈の内側が傷つけられ傷口がだんだん厚くなる“動脈硬化”が進行します。5000キロメートルもあるほどのあたりでこの現象が発生するかは予測できません。それに傷口が厚くなり血管内部が狭くなっても、本人にはまったく自覚症状がありません。動脈硬化が進行している事に気付かないでいると下図にあるように、ある日突然血液の流れが悪くなったり、止まってしまったり、さらには血管が破れてしまうかも知れません。もし、その箇所が心臓であれば「狭心症」や「心筋梗塞」



と呼ばれる病気を発症します。そして、それが脳であれば「脳梗塞」を発症します。いずれも命に関わる緊急事態で即座に処置が必要です。

ところで、タバコは血管を傷つけるのと同時に血圧と心拍を上げる作用もあります。これは、タバコに含まれるニコチンが交感神経を刺激するためで、この様子は下図のグラフに示すとおりです。



血圧と心拍が上がるということは、動脈硬化で狭く硬くなった血管に多くの血液を勢いよく流そうとする訳ですから、痛んだ血管には非常に大きな負荷がかかり、さらに血圧もあがります。つまり、タバコを吸い続けると動脈硬化と血圧上昇の悪循環に陥ります。

だから、喫煙年数が長くなると「ある日突然」緊急事態に見舞われる危険度が増します。

産業デザイン科 奥田 恭久