

週刊 **タバコの正体**

タバコを吸い続けると肺機能が低下していきます。進行するとCOPD(慢性閉塞性肺疾患)となり、息を吸っているのに酸素が入ってこない状態となります。しかし低下する速度はゆっくりなので、はっきり息苦しさをを感じるまで気が付きません。

そこで、その早期発見のために使われるのが下図にあるスパイロメータという装置で、吸い込んだ息を吐き出す量を計測できます。その量は年齢とともに低下しますが、その様子を示した下のグラフを見てください。喫煙しない人は60歳を過ぎてもあまり低下していないのに対し、タバコを吸い続けると25歳をピークに確実に低下し始め65歳ごろには呼吸困難な状態になり、75歳までに死亡する確率が高くなっています。

高校生の皆さんには自分がそんな年齢になるなんて想像できないでしょうし、何歳まで生きるかも考えた事はないでしょう。でもこの機会に、65歳ごろから呼吸困難となって苦しむ喫煙者には、タバコを

吸わない元気な同年代の人達がどんな風に見えるか想像して欲しいと思います。

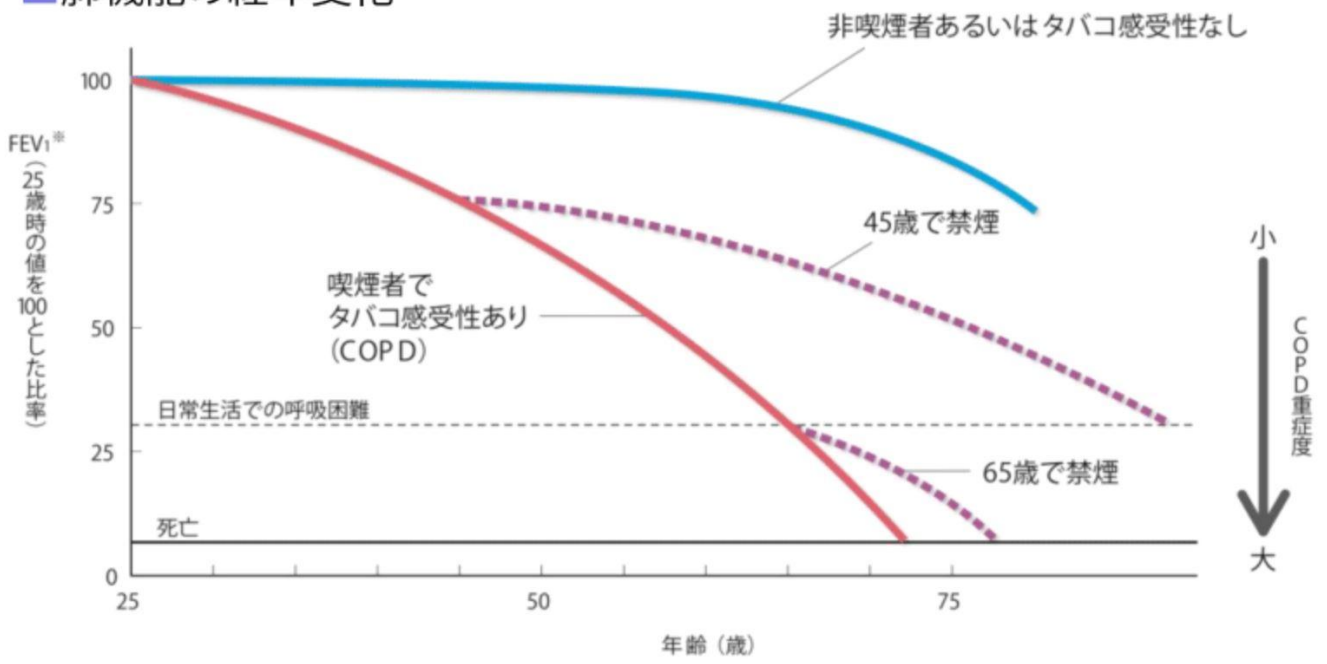
タバコなんて吸わなければ良かったと後悔することでしょう。



環境再生保全機構HPから

産業デザイン科 奥田 恭久

肺機能の経年変化



※FEV<sub>1</sub> (1秒量) : 息を最大限に吸ってから強く吐き出した際、最初の1秒間で吐き出せた空気量。

gsk 「いい禁煙」サイトから

Fletcher,C,et al.Br Med J,25 :1645,1977より改変