



ClubSunstar 「カラダのこと」サイトから

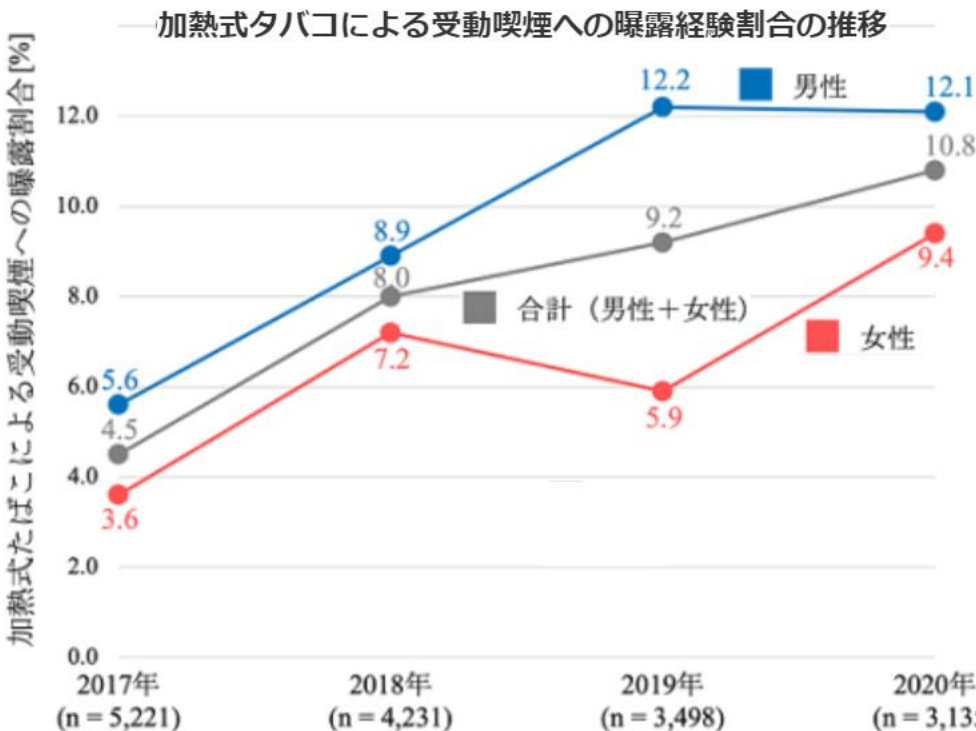
●加熱式タバコ1本中の蒸気と紙巻タバコ1本中の煙に含まれる主な成分の比較

有害成分	加熱式タバコ (μg)	紙巻タバコ (μg)	比率 (%)
ニコチン	301	361	84
ホルムアルデヒド	3.2	4.3	74
アクロレイン	0.9	1.1	82
ベンズアルデヒド	1.2	2.4	50

ホルムアルデヒド:発がん性物質、アクロレイン:劇物、ベンズアルデヒド:香料等に用いられる刺激性物質

出典:Auer R, et al.:JAMA Intern Med. 177(7):1050-1052, 2017

毎日が発見ネット「健康」サイトから



注: 2017年調査参加者の追跡結果の経年比較の結果であり、2016年国民生活基礎調査のデータを用いて統計学的手法でインターネット調査であることによるデータの偏りを補正しました。

保健指導リソースガイド「ニュース」サイトから

新型コロナウイルスの感染者数が過去最多を更新する日が続いた夏休みでしたが、いよいよ2学期が始まりました。猛暑による熱中症予防と感染予防対策を気にしながらの生活が続きますので、体調管理には十分気をつけましょう。

さて、ここ数年火を使わない加熱式タバコを使用する喫煙者が多くなりました。イメージ図にあるように火の付いた紙巻

タバコから出る煙(副流煙)がないので煙やニオイが少なく周りの人へ受動喫煙を軽減でき、燃やさないので煙に含まれる有害成分も少ないと宣伝されている事が使用者を増やしている要因でしょう。

では、加熱式タバコの有害成分はどのくらい少ないのでしょうか。左の表を見てください。確かに少ないですが人体に及ぼす悪影響がなくなるほど少ない訳ではありません。そして、副流煙がないから受動喫煙もなくなる訳ではありません。喫煙者が吐き出す息に

含まれる有害成分で受動喫煙の被害が発生します。左のグラフは加熱式タバコによる受動喫煙が年々増加している事を示しています。

加熱式タバコも“タバコ”である事に変わりなく「加熱式なら大丈夫」ではないのです。

産業デザイン科
奥田恭久