

【週刊タバコの正体】

Vol.46 第10話~第11話
Vol.47 第1話

2020年8月

和歌山工業高校 奥田 恭久

■Vol. 46

(No. 631) 第10話 血栓症のリスク

一脳や心臓の血管が痛んで血栓が詰まると突然命を失う可能性が...

タバコを吸い続けると身体はダメージを受け続け、何らかの病気になるリスクが高くなります。なかでも意外なことに血管が傷む事を知っているでしょうか。具体的には下図にあるように、血管の壁にコレステロールなどがたまり、血液が流れにくくなったり、最悪の場合は止まってしまう“動脈硬化”と呼ばれる症状が現れます。動脈硬化になる要因はいくつかありますが、喫煙も大きく影響すると言われています。

狭くなった血管に血液の塊(血栓 けっせん)が詰まって血流が止まると、血液が届かなくなった細胞は死んでしまいます。もし、その箇所が心臓や脳だと命にかかわる一大事となります。

(No. 632) 第11話 コロナウイルス対策

一感染による重症化対策のひとつとして禁煙...

8月に入りました、例年なら夏休み真っ只中のはずですが、今年は新型コロナウイルスの感染拡大防止のための休校があり、6月に再開したので今週ようやく1学期が終了します。

再開してから感染者は減っていましたが、最近ふたたび増加しています。目に見えないウイルスがどこに潜んでいるか分からないうえ、感染するとどんな病気になるのか、治療方法はあるのか、など未知なことが多く、世の中全体に不安が広がっています。

左図は、ウイルスが体内に侵入する際の仕組みです。「ACE2」と呼ばれるたんぱく質が関係しているようですが、どういう訳か、喫煙者の肺ではこれが活発化しているの で、喫煙者が感染すると重症化するリスクが高くなっているそうです。タバコは様々な 病気の原因になるうえに、こんな場面でも 人体に悪影響を及ぼします。

さて来週、ひとときの夏休みがありますが、すぐに2学期が始まります。世界ではさまざまな専門家が必死で新型コロナウイルス対策を研究してくれているので、いずれ安心な日々が訪れでしょう。それまでは、私たちも一人一人が感染しない努力を続け感染 拡大を抑え、少しでも不安な状況を和らげる事に協力しましょう。

■Vol. 47

(No. 633) 第1話 タバコは不要

一感喫煙時間が必要な従業員は作業効率と健康面において経営上の不安...

ひとときの夏休みが終わりました。例年のように、まとまった活動ができなかったのは残念ですが、コロナウイルスと暑さに負けないよう気持ちを切り替えて2学期に臨んでください。さて、2学期は3年生にとって卒業後の進路を決める時期です。就職するか進学するかでスケジュールは違いますが、すでに求人票を見て具体的に就職したい企業を選んでいる生徒も多いでしょう。そして将来、皆さんは何らかの職業につき働いていると思います。そこで下のグラフを見てください。

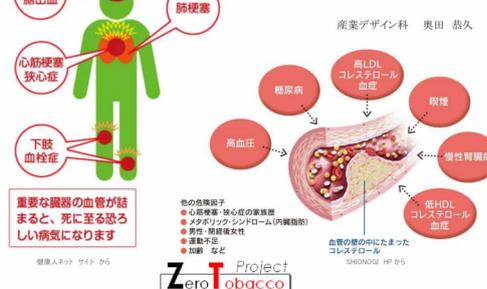
2016年に全国の会社員1500名対象に行った、従業員の...

Serial number 631 第10話 週刊 タバコの正体

タバコを吸い続けると身体はダメージを受け続け、何らかの病気になるリスクが高くなります。なかでも意外なことに血管が傷む事を知っているでしょうか。具体的には下図にあるように、血管の壁にコレステロールなどがたまり、血液が流れにくくなったり、最悪の場合は止まってしまう“動脈硬化”と呼ばれる症状が現れます。動脈硬化になる要因はいくつかありますが、喫煙も大きく影響すると言われています。



タバコを吸い続けると、ある日突然血管が詰まって、命を落とす可能性が大きくなるのです。怖いですね。



Serial number 633 第1話 週刊 タバコの正体

ひとときの夏休みが終わりました。例年のように、まとまった活動ができなかったのは残念ですが、コロナウイルスと暑さに負けないよう気持ちを切り替えて2学期に臨んでください。

さて、2学期は3年生にとって卒業後の進路を決める時期です。就職するか進学するかでスケジュールは違いますが、すでに求人票を見て具体的に就職したい企業を選んでいる生徒も多いでしょう。そして将来、皆さんは何らかの職業につき働いていると思います。そこで下のグラフを見てください。

2016年に全国の会社員1500名対象に行った、従業員の「仕事のパフォーマンスと健康に関する意識調査」の結果を示しています。体調不良で仕事の能力が低下していると感じる割合が喫煙者の方がかなり高くなっています。タバコは見た目の健康に影響する前に、日常の体調にも悪影響を与えている事がうかがえます。



毎週火曜日発行



URL: https://www.jascs.jp/truth_of_tabacco/truth_of_tabacco_index.html

※週刊タバコの正体は日本禁煙科学会のHPでご覧下さい。
※一話ごとにpdfファイルで閲覧・ダウンロードが可能です。
※HPへのアクセスには右のQRコードが利用できます。

