

週刊 タバコの正体

タバコを吸い続けると COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気にかかります。2008年の厚生労働省の統計によると、全国の COPD の患者数は22.4万人で、1万5千人が死亡したそうです。ちなみに警察庁の発表による同年の交通事故死亡者は5155人だったので、COPD で亡くなった人の方が多かったのです。

「へー、そんなに多いの」って感じるでしょう。しかし、この数字は“氷山の一角”だと言われています。極寒の海に浮かぶ氷山は、海面の下にその何倍もの氷が隠れているように、COPD になりかけているのに、それを自覚していない500万人以上の人がいるだろうと、専門家たちは見えています。

COPD になりかけていても運動量が少ない生活をしていると、肺の機能が低下している事に気付かない人が多いからです。でも、下の図に示すスパイロメトリーという検査をすれば、その傾向が分かるそうです。つまり、肺から吐きだされる空気の勢いと量が少なくなれば、要注意なのです。

あなたの身近な人の中にも、この500万人に含まれている人があるかも知れません。大切な人のために、検査する事を勧めてあげてください。

産業デザイン科 奥田 恭久

スパイロメトリー

① 鼻をクリップでつまみ、筒をくわえる



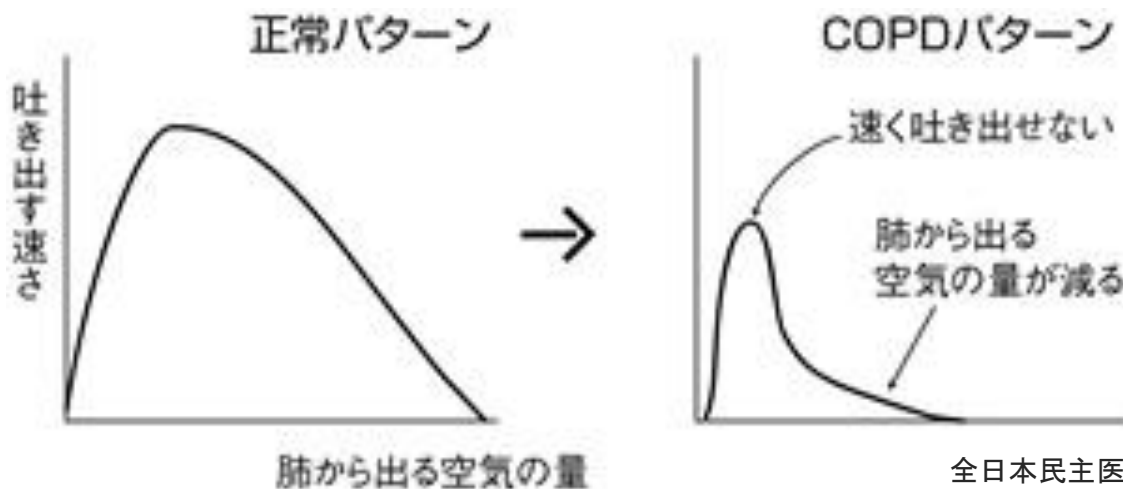
② 数回普通に呼吸をする



③ かけ声に合わせて最大限に吸えるだけたくさんの息を吸い込む



④ できるだけ速いスピードで吸った息を吐ききる



全日本民主医療機関連合会
「いつでも元気」サイトより引用