

週刊 **タバコの正体**

タバコには200種類以上の有害物質と60種類以上の発ガン物質が含まれています。たとえば、“ニコチン”はその代表的な物質ですが、じつは「毒物及び劇物取締法」という法律で“毒物”に指定されているほど、人体に有害な物質なのです。喫煙者は、そんな物質を毎日数時間おきに吸い込んでいるのですから、身体にダメージを受けないわけがありません。ところが、毎日のダメージの度合いが小さいので本人たちには自覚症状がありません。その証拠に、タバコを吸うと味と匂いの感じ方、つまり“味覚”と“嗅覚”が鈍感になっている事も気付いていないはずですよ。

まずは“味覚”から、そのわけを紹介しましょう。味を感じるのは口の中にある舌です。下図にあるように舌の表面には無数の線毛が分布しており、食べた物の成分などがそれを刺激します。するとその刺激に味覚受容体が反応して様々な味のシグナルを脳に伝えます。ところがタバコの煙に含まれるニコチンやタールの刺激は線毛の動きを麻痺させてしまい、味の感覚を鈍らせます。だから、微妙な味の違いがわからなくなったり、しょう油やソースなどの調味料の使用頻度が高くなったりするのです。

続いて“嗅覚”について。匂いを感じる鼻にも舌と同じような線毛が付いています。鼻に入ってきた気体に含まれる成分がその線毛を刺激すると、それに嗅受容器が反応し、様々な匂いのシグナルを脳に送るという仕組みになっています。ところがタバコの煙に含まれるシアン化水素や活性酸素などがこの流れを阻害するのです。

味と匂いは食事をする際の不可欠な感覚です。両方の感覚が合わさって「風味」を感じるのですが、タバコの煙はどちらの感覚も鈍らせてしまうのですから、料理の本当の“味”や“匂い”を味わうことができません。つまり本当の風味がわからないというわけです。

いかがでしょうか。喫煙者は本当の風味を味わえないのですから、かわいそうですね。

産業デザイン科 奥田 恭久

