

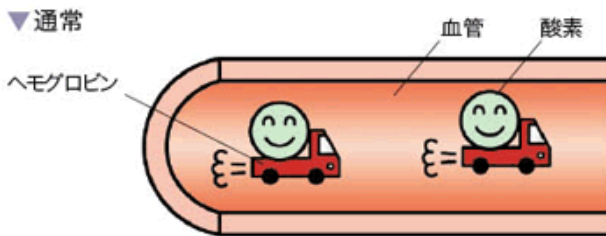
週刊 タバコの正体

たばこの有害物質

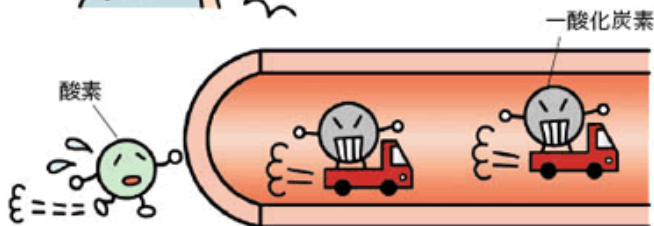
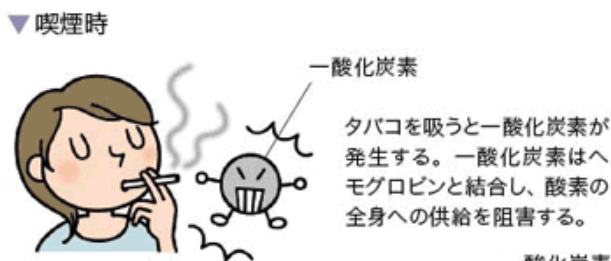
① ニコチン	<ul style="list-style-type: none"> ●末梢血管収縮→血圧上昇、頻脈 ●胃腸の働き低下 ●血糖値上昇 ●中枢神経刺激→覚醒作用、不安抑制(ニコチン依存)
② タール	<ul style="list-style-type: none"> ●強力な発がん物質
③ 一酸化炭素	<ul style="list-style-type: none"> ●慢性的酸欠状態 ●血管内壁の損傷 ●HDLコレステロール減少

QUIPIO「禁煙のすすめ」から

一酸化炭素と免疫力低下の関係



酸素がヘモグロビンと共に血液に乗って全身に運ばれる。



self doctor.net から



タバコの有害物質の様々な作用が影響し、免疫力が低下する。



体内が慢性的酸欠状態になる。栄養分の運搬や老廃物の回収機能が衰える。

タバコには様々な有害物質が含まれています。中でも左図に示すように「ニコチン」「タール」「一酸化炭素」は三大有害物質と呼ばれています。

ニコチンには覚醒作用があり「ニコチン依存」となることは繰り返し紹介してきましたが、今回は3番目に挙げられている「一酸化炭素」の有害性を紹介します。

タバコの煙は火をつけなければ発生しません。通常モノが燃えると発生するのは二酸化炭素(CO₂)なのですが、タバコの煙には一酸化炭素(CO)が多く含まれています。この違いは何なのでしょう。

じつは、モノが完全燃焼している場合はCO₂が発生しますが、煙が多く出るなどの不完全燃焼の状態では、一酸化炭素(CO)が発生するのです。タバコの燃え方は不完全燃焼に近いので、その煙には一酸化炭素(CO)が多く含まれているというわけです。

では、一酸化炭素が三大有害物質の一つに挙げられているのは、どうしてでしょうか。

それは左図に示されているように、全身に酸素を送る役目をする血液中のヘモグロビンを一酸化炭素が奪ってしまうからなのです。こうなると、体内に十分な酸素が行きわたらなくなり体力が低下します。しかも喫煙者はこんな状態が日常的に続くため、慢性的な酸欠状態となり免疫力が低下するわけです。

こんな事を知ってしまうと、怖くなりますよね。

産業デザイン科 奥田 恭久