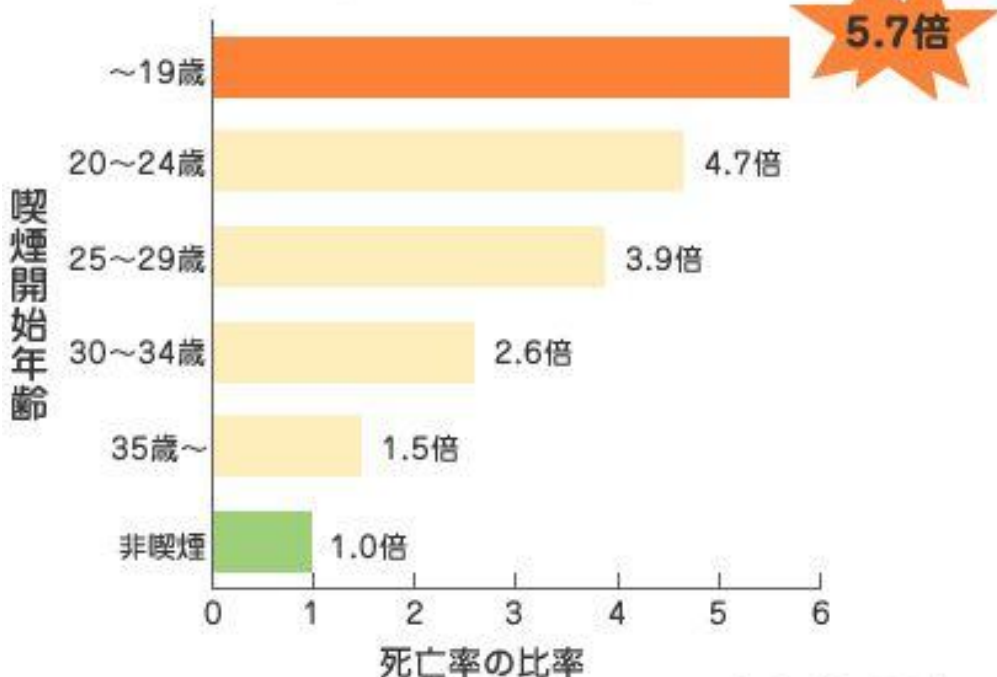


週刊 タバコの正体

タバコの正しい知識を持てば「一生タバコは吸わない」という態度をとる事はできますが、そんな知識を持つ前の10代の若者にとっては、好奇心や興味本位で喫煙を開始してしまうケースは少なくありません。じつは、若いうちに喫煙を開始してしまうと下図に示すような事態を招きます。

喫煙開始年齢別に見た肺がんの死亡率
(非喫煙者を1とする)



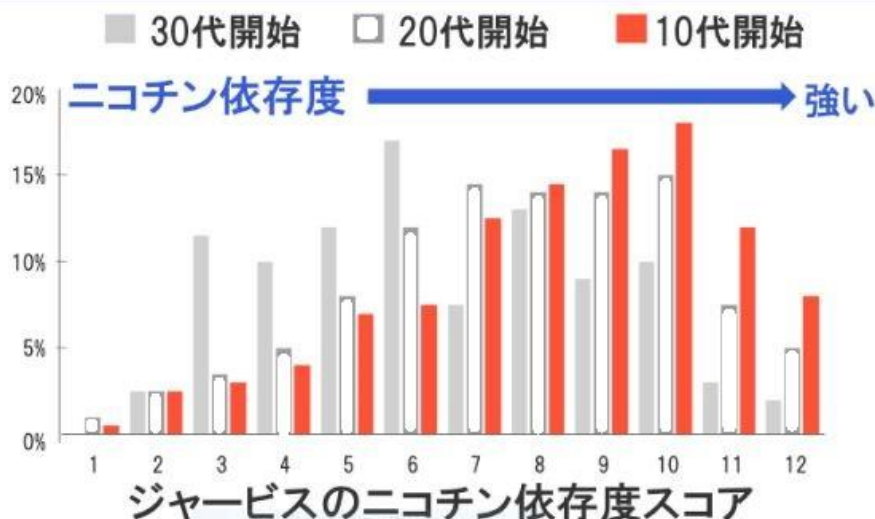
横浜市健康福祉局「禁煙 NOTE」サイトから

(平山 雄, 1987)

まず、10代から吸い始めると、当然喫煙年数が長くなります。するとそれだけタバコの毒に冒される程度は大きくなるので、上側のグラフにあるように、肺がんの死亡率が非喫煙者に比べると5.7倍にもなるのです。

さらに、下側のグラフは「若い脳ほどニコチン依存が強まる」という事を示しています。つまり、未成年のうちからタバコを吸い始めるとタバコをやめる事が難しくなると言えるのです。

喫煙開始が早いほど禁煙できない



だから、タバコの正しい知識は大人になるまでのできるだけ早い時期に身につけておくに越したことはありません。

産業デザイン科
奥田 恭久

*** 若い脳ほど依存が強まる！** 喫煙と健康問題に関する実態調査 (平成10年度厚生省)

(一社)日本アルコール関連問題ソーシャルワーカー協会 HP から