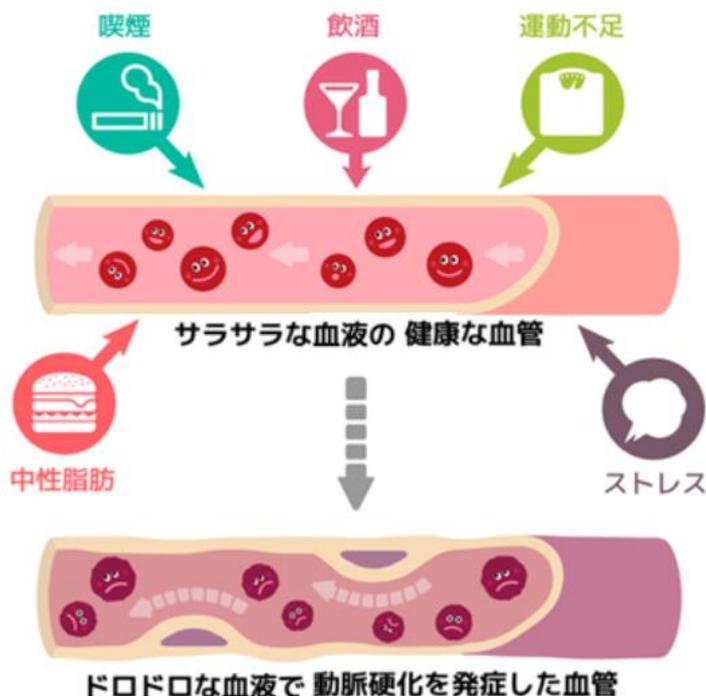


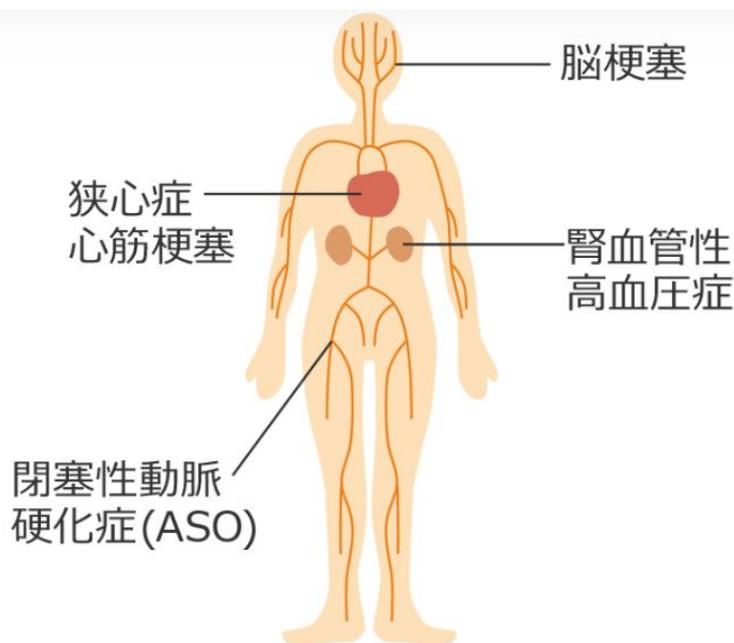
タバコには4000種類以上の化学物質、200種類以上の有害物質が含まれています。喫煙者はそんな煙を毎日吸い込むのですから、身体のいろんなところがダメージを受けます。直接煙にさらされる口の中や肺の病気については既に紹介しましたが、じつは血管もダメージを受ける事を知っているでしょうか。



わくわく T-PEC 健康経営サイトから

タバコの主成分であるニコチンは交感神経を刺激し末梢血管の収縮と血圧上昇や心拍数を増加させます。タバコの成分がコレステロールの変性を促進し、左図のように血液をドロドロにし動脈硬化をおこす原因の一つとなっています。

ところで、全身に血液を届ける血管の長さは動脈、静脈、毛細血管をあわせて約10万kmになるそうです。これは地球約2周半の距離に相当します。身体の隅々まで血液を届けるにはこれほどの長さが必要なのには驚かされます。そんな血管のなかでも血液を送り出す太い動脈が動脈硬化をおこし、狭くなったりふさがってしまうと大変な事態になります。



そこで、左図をみてください。たとえば心臓を動かすための動脈がふさがってしまうと狭心症や心筋梗塞、脳の動脈がそうなるとう脳梗塞という病気になります。これらは突然発症する事が多く、そうなるとすぐに処置しないと命にかかわる事態となります。

タバコの健康被害は目に見える形ではわかりません。しかし長年喫煙を続けていると少しずつ、こんなところでダメージをうけ続け、ついには命にかかわる病気を発症します。この事をしっかり心にとめておいてください。

産業デザイン科 奥田恭久

動脈硬化は全身の血管に起こり、起こる場所によって様々な病気の原因となります。