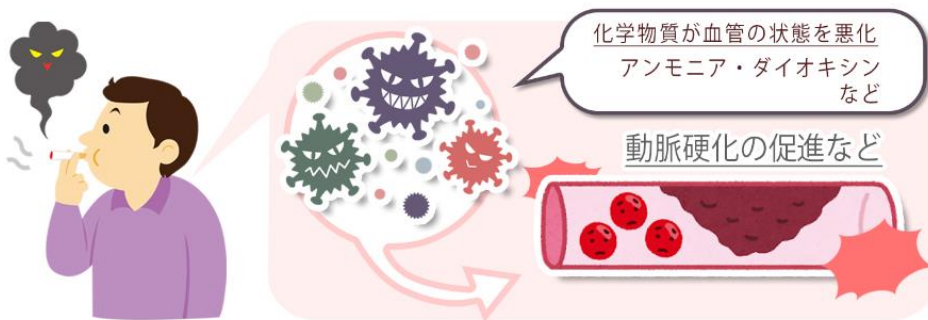


週刊 **タバコの正体**

タバコを吸い続けると、喫煙者の身体は少しずつ着実にダメージを受け続けます。吸い込んだ煙に含まれる有害成分が身体のいろんな臓器にダメージを与えるのですが、その中でも広い範囲で影響を及ぼす症状を紹介します。

それは、全身に張りめぐらされている血管が受けるダメージです。下図のようにタバコの有害物質が血管の状態を悪化させるのです。具体的には動脈の血管が硬くなり弾力性が失われる動脈硬化を起こしたり、縮んだりします。一方で喫煙者は慢性的に酸素不足となっているので、それを補うため血液が多く生成されています。すると狭くなった血管で血液の流れが悪くなって血液が固まり血栓ができ最悪の場合、血管が詰まったり破れたりする事態となります。



喫煙による血管への影響

- ・動脈硬化の促進・血管収縮の活発化
- ・慢性的な酸素欠乏状態に→酸素量を補うため大量の血液を生成→血液が固まりやすく血栓形成を促進
- ・血液粘度上昇、血管に柔軟性がなくなるため血管が破れやすくなる。

脳梗塞リハビリテーション PROGRESS HP から

例えば、脳の動脈が破れたり詰まると脳梗塞、心臓なら心筋梗塞、胸部なら急性大動脈解離などの緊急性の高い大きな病気になってしまいます。しかも、突然発症します。

長年、喫煙を続けると気付かないうちに血管がダメージを受け、突然病床につく日が訪れる確率が高くなるのです。

ある日突然、脳や心臓の病気になるなんて、そんな怖いことは想像もしたくないですね。

だから、タバコはやめておきましょう。

産業デザイン科
奥田 恭久

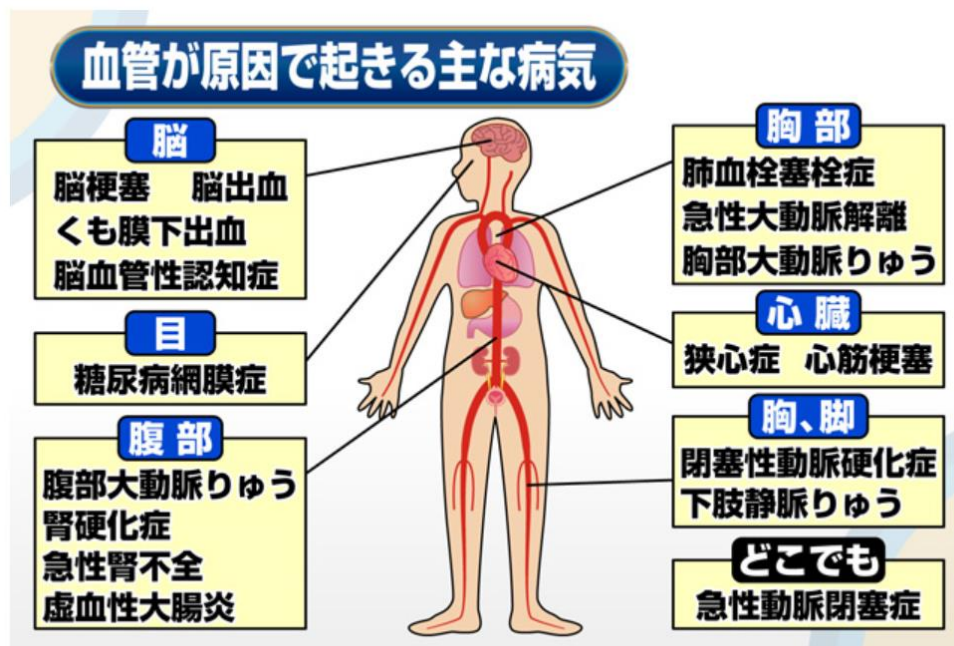


図1 B S日テレ「深層NEWS」より

読売新聞 yomiDr. サイトから