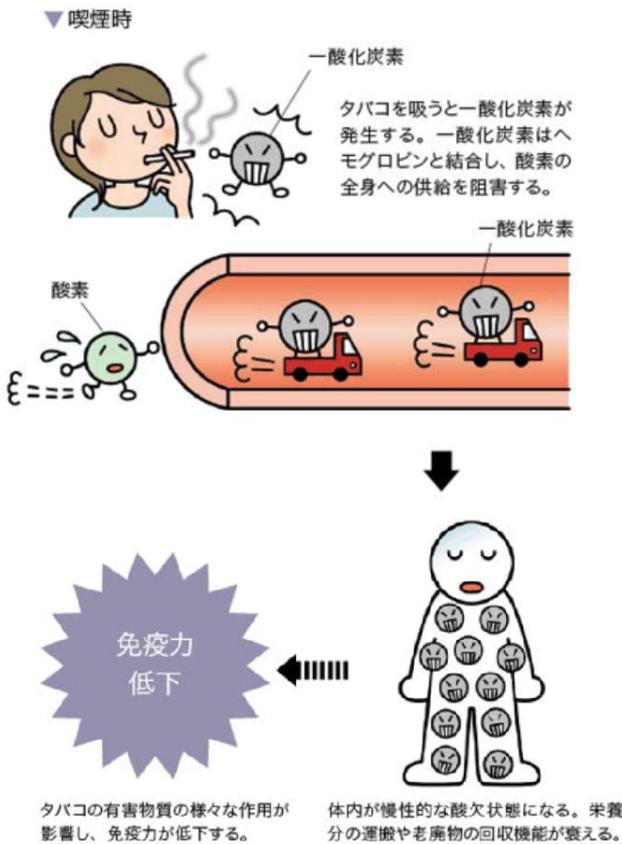
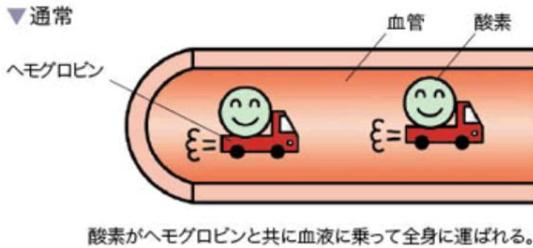


一酸化炭素と免疫力低下の関係



免疫力の低下と疾患



大正製薬 大正健康ナビ サイトから

皆さん、“ヘモグロビン”って知っていますか。血液の赤血球に含まれる成分で、酸素分子と結合し肺から全身へ酸素を運ぶ役割を果たしています。

ヘモグロビンは酸素と結合しますが、じつは一酸化炭素とも結合しやすく、酸素より一酸化炭素の方が結合しやすいのです。だから、一酸化炭素を吸い込んでしまうと、酸素を運ぶべきヘモグロビンは一酸化炭素に奪われて、全身が酸素不足になってしまいます。一酸化炭素は、ものが燃えた際に発生するので、石油ストーブやガスの湯沸かし器を長時間使用すると換気をしなければ危険なのは、このためです。

そこで、左図を見てください。喫煙者は頻繁に燃えたタバコの煙を吸い込んでいますよね。この時、一酸化炭素も一緒に吸い込んでいるので、喫煙者は慢性的に酸欠状態となっていて、結果として身体の免疫力が低下しているのです。免疫力が低下すると、風邪やインフルエンザ、歯周病、中耳炎になりやすく、がんになるリスクも高くなります。

喫煙を続けても外見上の健康状態に変化はありませんが、目に見えない免疫力が低下しているのは、どことなく心配ですよ。普通の健康状態なら、かからない病気でも免疫力が低いと、かかってしまうのですから病気休養の期間が増えてしまいます。つまり、タバコを吸い続けると通常の活動を休まなければならない日が増えるわけなので、長い目でみれば不利な状況になってしまいます。

タバコのために、必要以上の休み時間が発生するのは、やっぱりムダですよ。

産業デザイン科 奥田 恭久