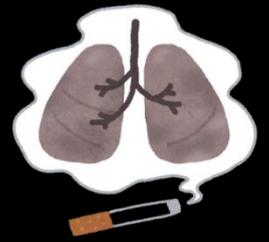


## たばこの健康被害シリーズ

# ～ たばことCOPDの関係性 ～



### 加熱式たばこや電子たばこなら大丈夫ですか？

いいえ、2017年に加熱式たばこのフィルターから加熱時に有害化学物質が発生していることが報告されていますし、電子たばこのエアロゾルには、さまざまな発がん性物質が含まれていることが分かっていますので、紙たばこと同様に健康リスクがあり、受動喫煙も引き起こします。WHO たばこ規制枠組条約第8回締約国会議の議決で、紙たばこと同様に扱われることになっています。

### たばこのリスクは肺がんだけですか？

いいえ、ほとんどの部位のがんの原因になるだけでなく、COPD(慢性閉塞性肺疾患)になります。その他にも、循環器疾患(脳卒中・虚血性心疾患等)、妊娠周産期の異常(早産・低出生体重児等)、さらには糖尿病や歯周病の原因になると言われています。



### COPDになる最大の原因は喫煙ですか？

はい、喫煙者の約5～6人に1人が発症しますが、大洗町ではCOPDのことを知っている人の割合は約4～5人に1人しかいません。たばこの煙を吸入することで肺の中の気管支に炎症がおきて、咳や痰が出たり、身体を動かした時に息切れを感じたりする症状がみられます。約530万人の患者が存在していますが、大多数が未受診・未治療の状態だと言われており、全体の死亡原因の9位、男性では7位を占めています。



### 禁煙はつらくて苦しいものですか？

禁煙外来等を上手に利用すれば、比較的楽に、より確実に禁煙できます。禁煙を初めて2～3日はニコチン切れのイライラやストレス等の離脱症状が現れますが、医療用禁煙補助薬を使うことにより、離脱症状を和らげることができ、実際に禁煙外来を利用して成功率は70～80%と言われています。



👉 禁煙治療に保険が使える医療機関はこちら 👈

<http://www.nosmoke55.jp/nicotine/clinic.html>

## いつでも 健康づくり チャレンジ 大洗

<問い合わせ先 : 大洗町健康増進課 (029-266-1010) >