

たばこの害について

1 喫煙者に対する様々な疾患へのたばこの影響

(1) 肺（呼吸器疾患）

喫煙は、COPD（慢性閉塞性疾患＝肺気腫，慢性気管支炎が含まれる），喘息など呼吸器の疾患を引き起こします。

(2) 歯（歯周疾患）

喫煙を続けると歯周病になりやすくなり，歯がヤニで汚れるのはもちろん，根元のむし歯が増えて，非喫煙者に比べ，早く多くの歯が抜けやすくなります。

(3) 胃腸（胃腸疾患）

たばこを3回吸い込んだだけで胃壁の血管が収縮し，血流が悪くなります。胃壁が傷つき，胃潰瘍，十二指腸潰瘍が起こりやすくなります。

(4) 全身のがん

ほとんどすべての部分のがんについて，たばこがリスクを高めることがわかっています。しかし，たばこをやめるとがんのリスクは減っていきます。肺がんの場合，禁煙して4～5年で喫煙者の半分程度のリスクとなり，10年経つと1本も吸ったことのない人の1.4倍程度のリスクにまで減少します。

【非喫煙者を1とした場合の喫煙者のがんによる死亡率】

性別	種類別	死亡率	性別	種類別	死亡率
男性	喉頭がん	32.5	女性	喉頭がん	3.29
	肺がん	4.45		肺がん	2.34
	咽頭がん	3.29		膀胱がん	2.29
	口腔がん	2.85		甲状腺がん	1.86
	食道がん	2.24		食道がん	1.75
	膀胱がん	1.61		肝臓がん	1.66
	膵臓がん	1.56		子宮頸がん	1.57
	肝臓がん	1.50		膵臓がん	1.44
	胃がん	1.45		口腔がん	1.40

（平山雄，コホート研究，1966～82）

2 非喫煙者に対するたばこの影響

(1) たばこの煙について

たばこの煙は，喫煙者が吸い込む「主流煙」と喫煙者が吐き出す「呼出煙」，たばこの先から出る「副流煙」とに分けられ，主流煙より副流煙のほうが有害物質を多く含んでおり，それにより様々な健康被害も引き起こされています。

【フィルター付き紙まきたばこ1本当たりの発生量】

有害物質	主流煙	副流煙	副流煙/主流煙
ニコチン	0.46mg	1.27mg	2.8倍
タール	10.2mg	34.5mg	3.4倍
一酸化炭素	31.4mg	148mg	4.7倍
アンモニア	0.16mg	7.4mg	46倍

（厚生労働省「喫煙と健康」第2版）

(2) 周囲への健康影響について

流涙，頭痛などの症状だけでなく，肺がんや虚血性心疾患等の疾患の死亡率等が上昇したり，非喫煙妊婦でも低体重児の出産の発生率が上昇する可能性が高い。また，小児では喘息，気管支炎などの呼吸器疾患等，乳児では乳幼児突然死症候群との関連性が高いとの報告があります。

【夫の喫煙本数別にみた妻（非喫煙者）の肺がんの危険度】

