

ご存知ですか？

受動喫煙に潜む危険



受動喫煙とは、本人がたばこを吸っていないなくても他の人が吸っているたばこから出る煙や、その人が吐き出す煙を吸い込んでしまう事を言います。いずれの煙にもニコチンやタールなど多くの有害物質が含まれており、それを吸い込んだ人にも影響を及ぼします。



受動喫煙による健康影響

脳卒中
肺がん
乳幼児突然死症候群
虚血性心疾患

国内で年間約15,000人が、これらの疾患で亡くなったと推計されている

4.7倍 子どもへの健康影響

1.3倍 1.3倍

肺がん 脳卒中 乳幼児突然死症候群

- ・ぜんそく
- ・咳、たん、息切れ
- ・中耳炎
- ・呼吸機能低下
- ・虫歯

受動喫煙にさらされている人は病気になるやすい

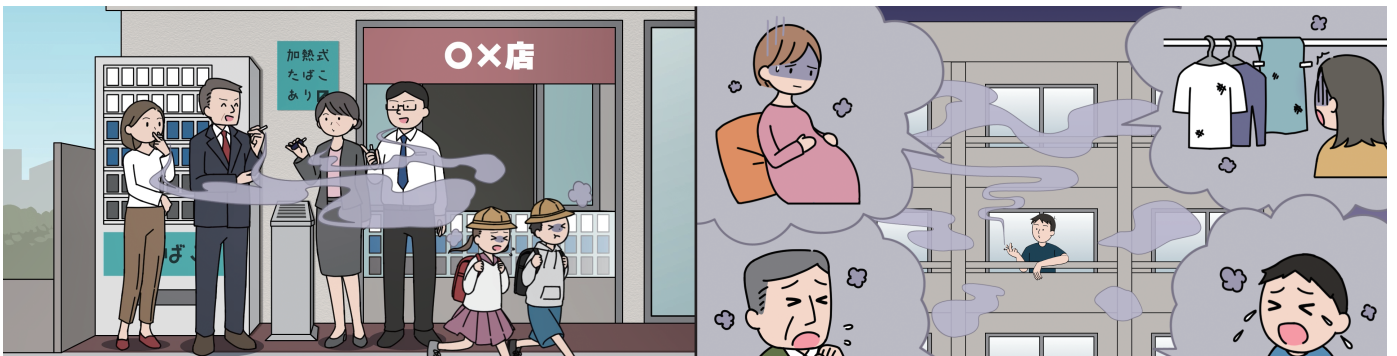
ニコチン
一酸化炭素
アンモニア
発がん性物質

たばこから直接出る煙(副流煙)には喫煙者本人が吸い込む煙(主流煙)の数倍の有害物質が含まれる

出典：「喫煙の健康影響に関する検討会報告書」

川崎市内の受動喫煙について

令和4年度に実施した市の調査結果では、市民が受動喫煙が多いと感じた場所として【路上】【屋外喫煙所の付近】【駅周辺】【隣家等】などの回答が多くありました。



たばこは自分の健康だけではなく周りの人の健康にも影響を与えます。喫煙する時には、屋外や自宅でも配慮をお願いします。

吸う人にももちろん リスクがあります



吸わない人に比べ吸う人の
がん・循環器病、死亡リスク

喫煙者のリスク

たばこを吸うことによる健康被害には、煙が直接触れる口や喉、肺の影響だけではなく、これまでの観察研究などによる総合的な判断によって、**がん・循環器・呼吸器、妊婦**への影響といった広範囲な健康影響が喫煙により引き起こされることが知られるようになりました。



がん全体	1.6倍
食道がん	3.7倍
胃がん	1.7倍
大腸がん	1.4倍
膵がん	1.8倍
肺がん	4.5倍

がん全体	1.5倍
肺がん	4.2倍
乳がん	1.9倍
乳がん(閉経前)	3.9倍

循環器病のリスク

脳卒中	1.3倍
虚血性心疾患	2.9倍

循環器病のリスク

脳卒中	2.0倍
虚血性心疾患	3.0倍

引用:国立がん研究センター「多目的コホート研究の成果2016年12月」

川崎市の喫煙状況

令和4年度の調査結果では、川崎市民の喫煙率は全体で12.1%でした。特に喫煙率が高かったのは男性の40代～60代の**子育て世代**や**働き盛り世代**であり、約4人に1人が喫煙をしています。また、近年普及している**加熱式たばこ**の喫煙率は、喫煙者全体のうち約3割であり、特に20代～40代の約4割以上が加熱式たばこを吸っています。

CHECK 加熱式たばこについて

たばこの葉またはその加工品を加熱して発生する蒸気を吸引するたばこ製品です。加熱式たばこの主流煙にはニコチンを含む有害物質が含まれます。紙巻たばこに比べて健康影響が少ないかどうかは、まだ明らかになっていません。



たばこをやめたくてもやめられないあなたへ
主な禁煙方法をご紹介します



禁煙外来

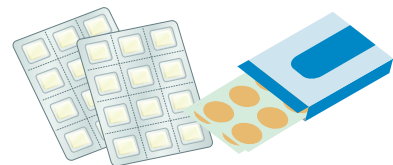


こちらの二次元コード
からも検索できます



たばこをやめたい人のために設けられた専門外来です。カウンセリングや生活指導といった禁煙サポートや、ニコチンガム・ニコチンパッチを使用したニコチン置換療法などによる禁煙治療が行われます。川崎市内で、禁煙外来を実施している医療機関は、ホームページ「かわさきのお医者さん」で検索できます。キーワード検索で「禁煙」と検索してください。

禁煙グッズ



禁煙パイプや禁煙胎など口寂しさを軽減する手軽なものから、ニコチンガムやニコチンパッチなどの禁煙補助剤なども含まれます。また、喫煙の習慣から離れるため、あめ、水、手もみグッズなど、色々なものがあります。