

5月31日は...

世界禁煙デー



世界禁煙週間:5月31日~6月6日

たばこによる健康リスク

たばこの三大有害物質

ニコチン

依存症にさせる作用があります。血管を収縮させ血液の流れを悪くする作用があり動脈硬化を促進させます。

タール

たばこのヤニの成分。発がん性物質や発がんを促進する物質が数十種類以上含まれています。

一酸化炭素

酸素を運ぶ機能を阻害し酸素不足を引き起こします。

動脈硬化を促進させます。

寿命
-8年



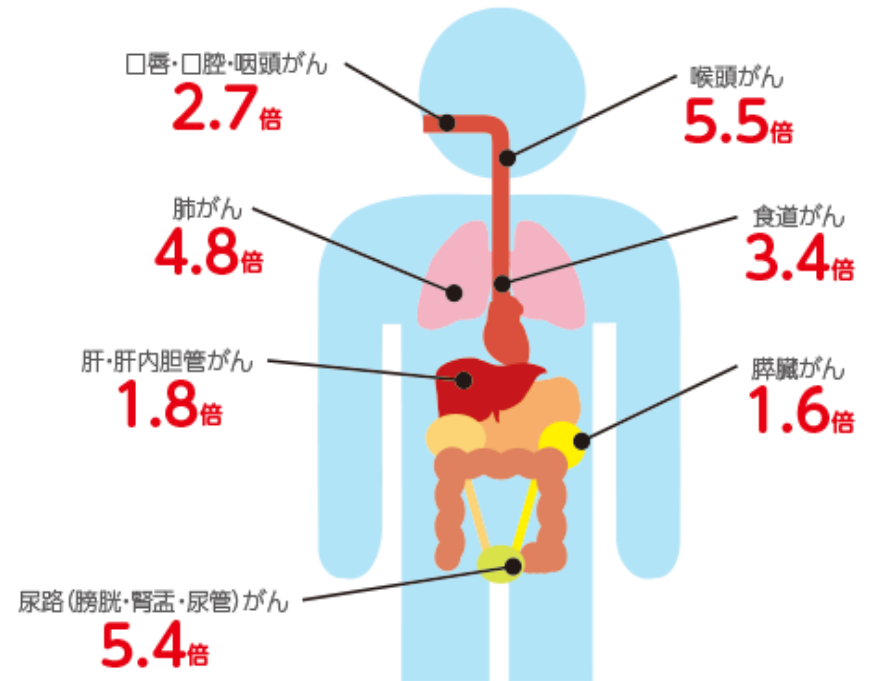
寿命
-10年

20歳より前に喫煙を始めると

寿命が短縮します。

※喫煙はほとんどの部位のがんの原因となります。

喫煙していない人と比べるとがん発症リスクが高まります。 **全がん 2.0倍**



※女性特有のがんとして、閉経前乳がん*3.9倍、子宮頸がん2.3倍になるとの報告もある。

こんなに怖い 受動喫煙



受動喫煙とは「たばこを吸わない人が、自分の意思に関係なく他人のたばこの煙を吸わされること」です。

副流煙：たばこの火から立ち上る煙

ニコチン 1.27 m g **2.8 倍**

タール 34.5 m g **3.4 倍**

一酸化炭素 148 m g **4.7 倍**

喫煙者本人だけでなく、
周囲の人の健康にも
受動喫煙による悪影響が…

**主流煙の
数倍！**

主流煙：喫煙者が吸うたばこの煙

ニコチン 0.46 m g (血管へのダメージ)

タール 10.2 m g (やに・発がん物資)

一酸化炭素 31.4 m g (酸素不足を招く)



◆◇子どもへの影響◇◆

乳幼児突然死
症候群 (SIDS)



喘息

親の1人が喫煙者の場合

1.6倍

両親共に喫煙者の場合

4.7倍

(厚生省心身障害研究 1998)

気管支炎

◆◇大人への影響◇◆

脳卒中

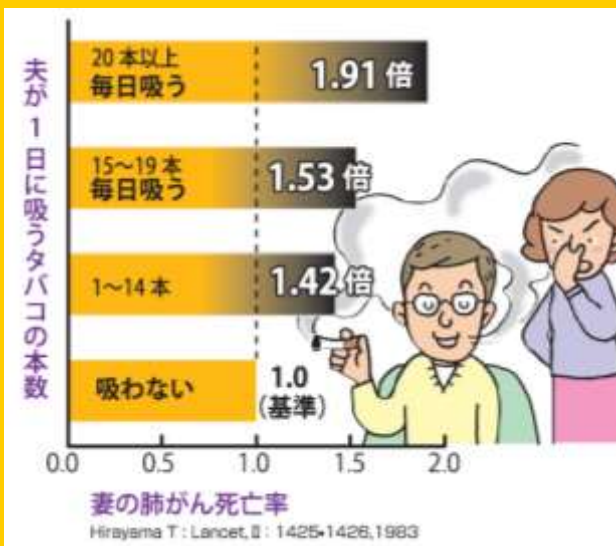


肺がん

臭気・鼻への
刺激感

虚血性心疾患

夫が1日1箱
たばこを吸うと、
妻(非喫煙者)の
肺がん死亡率が
約2倍になります!



天城町の現状

平成23~27年死亡割合(がんのみ)

男性・女性ともに「肺がん」が
全国よりも多かった!

大切な人のために

思いやりのある行動を

心がけましょう...♡

