

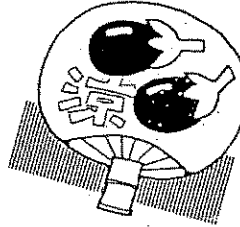
# たまな 多摩南ミニ通信

(財)東京都保健医療公社  
多摩南部地域病院  
地域医療連携室第53号  
平成14年7月発行

今回は、地域医療連携室より「タバコの害」についてご案内します。タバコの煙には多くの有害物質が含まれているため、病気にかかりやすくなります。そこで、「タバコの害」の中でも「タバコと疾病の関係」について取り上げてみます。

## (1) タバコとがん～タバコの煙とがんとのかかわり

発がん物質はのどや肺、消化器で吸収され、血液によって全身に運ばれると考えられます。このため、喫煙者は非喫煙者に比べてほとんどの身体各部位のがんによる死亡率が高くなっています。



●非喫煙者を1とした  
喫煙者のがんによる死亡率

非喫煙者と比較した喫煙者のがんによる死亡の危険性(男)

喉頭がん 32.5倍

肺がん 4.5倍

肝臓がん 3.1倍

膀胱がん 1.6倍

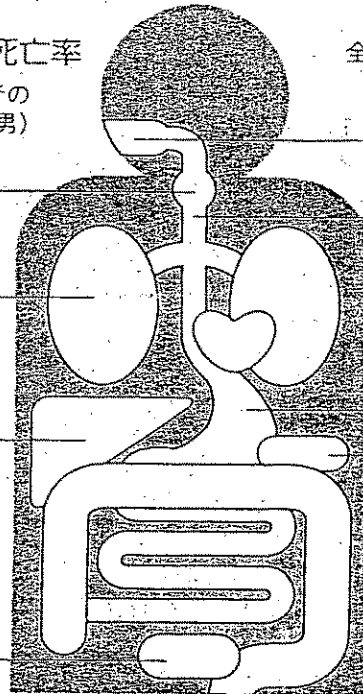
全がん 1.7倍(全死因 1.3倍)

口腔がん 2.8倍

食道がん 2.2倍

胃がん 1.4倍

膵臓がん 1.6倍



(平山雄：1988)

## (2) タバコと消化器系疾患

喫煙は胃・十二指腸潰瘍などの消化器系の病気とも深いかかわりをもっています。胃痛・食欲減退・下痢・便秘なども喫煙で現れる症状の場合もあります。

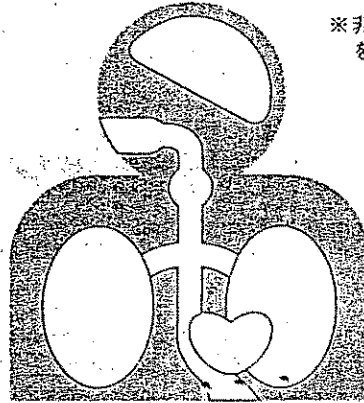
### (3) タバコと脳、循環器系疾患～循環器系・中枢神経系の病気にも重大な影響

喫煙、高血圧、高コレステロールは狭心症や心筋梗塞の重大な要因とされています。また、血圧を上昇させたり動脈硬化を促進し、心筋梗塞、脳血管疾患、動脈瘤の危険性を高めるなど重大な影響を与えています。



#### ●喫煙と循環器系・中枢神経系疾患による死亡の危険性

疾患	男	女
脳腫瘍	1.4	0.9
老人性痴呆	1.6	1.7
中枢神経系の血管損傷	1.1	1.2
クモ膜下出血	1.8	1.7
心筋梗塞・狭心症	1.7	1.9
動脈瘤	2.4	4.4



※非喫煙者の死亡危険度を1とした場合の数値

(平山雄：1988)

#### <喫煙は動脈硬化を促進する～動脈瘤>

動脈の壁の局部がこぶ状に拡張した状態を動脈瘤といいます。動脈硬化症によって起こることが多く、しだいに増大し、破裂して大出血を起こす危険があります。

(財団法人東京都健康推進財団の資料より)

#### ～タバコについてのQ&A～

Q1. ずっと前からヘビースモーカーです。今さら禁煙しても間に合わないのでしょうか？

A1. 今から禁煙して遅すぎるということは決してありません。禁煙することによってせき、たん、息切れなどの不快な症状は日を追って減り、食べ物に対する味覚がぐんと敏感になります。健康への回復ぶりが実感できるでしょう。またニコチンなどにより抑えられていた、血流が増え、酸素が全身にいきわたるようになるので身体がどんどん健康を回復します。

Q2. 喫煙はダイエットに効果があると聞きましたが？

A2. 特に若い女性には、やせたいという理由だけでタバコを吸う人がいます。確かにタバコを吸うと食欲が抑えられますから、やせる効果がないとはいえません。でも確実にやせられるという根拠があるわけではありません。ダイエットを目的にやせるかどうかかわからないタバコを吸うことは決して良いことではありません。

♪「多摩南ミニ通信」をご希望の方は面会受付にお申し出ください。♪

★院内に入られましたら携帯電話の電源をお切りください。★