

たばこが子どもに
与える悪影響

百害あって一利なし

たばこの健康被害

- たばこを吸うことにより喫煙者本人の喉や肺以外にも様々な悪影響があることがわかっています。
- よく知られている食道がんや肺がんなどの悪性腫瘍だけでなく、動脈硬化や心筋梗塞などの循環器疾患、喘息発作、慢性気管支炎などの呼吸器疾患、早産や死産、低出生体重児など妊娠への影響が知られています。
- 今回はたばこが子どもへ与える悪影響について解説します。

たばこに含まれる有害物

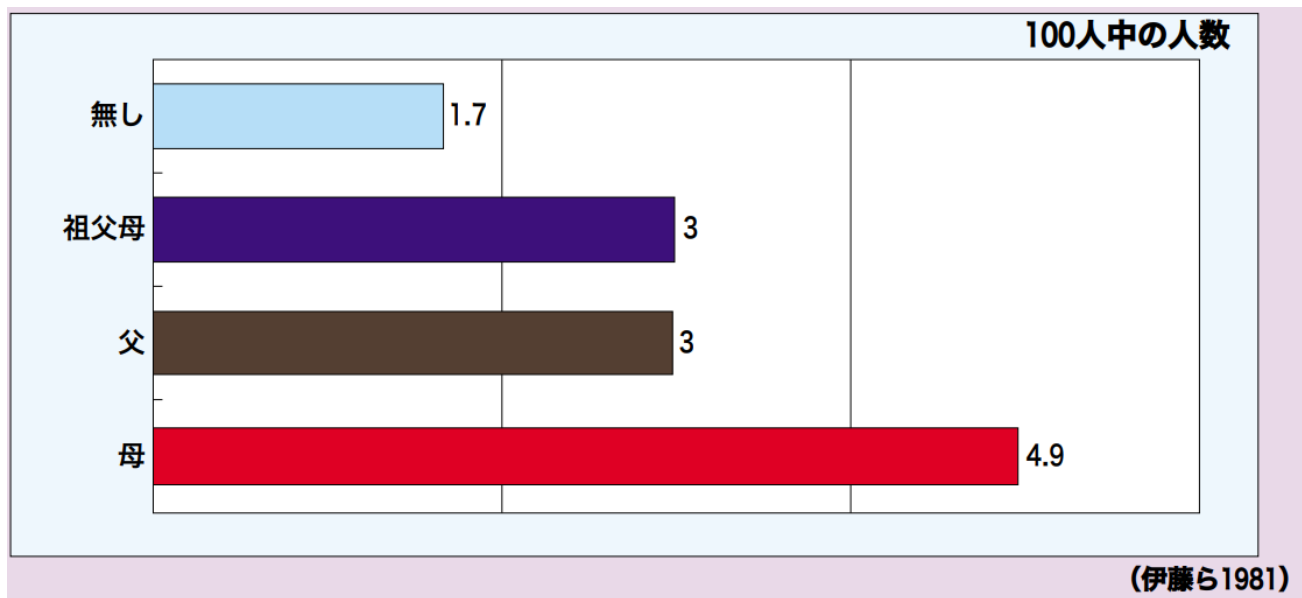
- たばこに含まれる3大有害物質
①ニコチン、②タール、③一酸化炭素であり、しかしそれ以外にも200~300種類の有害物質が含まれるとされています。
- 副流煙は主流煙よりも多くの有害物質を含む
たばこの主流煙に含まれる有害物質を1とすると副流煙にはニコチン2.8倍、タール3.4倍、一酸化炭素4.7倍とされています。



子どもへの影響

- たばこの副流煙による影響として、目の痒みやくしゃみ、鼻水などのほか長期間副流煙にさらされることで起こる悪影響として以下のようなことが指摘されています。
- 中耳炎
- 虫歯
- 気管支炎、小児ぜんそくなどの呼吸障害
- 知能低下
- 低身長
- アトピー性皮膚炎
- キレやすく、暴力をふるいやすくなる

家庭内喫煙者と幼児の喘息有病率



家庭内にタバコを吸う人がいると喘息の有病率も高くなる。

家族内に喫煙者がいると 家族への影響も大きい

- 夫がタバコを吸うと妻の肺がんリスクは1.3倍、乳がんリスクは2.6倍になるといわれています。
- 家族の喫煙によって子どもの喘息発症は21～85%増加しています。
- 受動喫煙によって吸入ステロイド薬の効果が弱まることや、喘息発作による救急受診の回数が増えることも明らかになっています。



ベランダで吸ったり電子たばこ ならば大丈夫？

- 「ウチはベランダで吸っているから、大丈夫です」などと答える人がいらっしゃいますが、家庭内に喫煙者がいない子どもと比較すると、いわゆる「換気扇喫煙」をしている家庭の子どものコチニン濃度は3.2倍、「ベランダ喫煙」でも2倍に上昇します。
- 電子たばこであっても副流煙は発生します。
- 結論としてはベランダや換気扇の下で吸っていても悪影響は確実にあります。

喫煙により喘息症状が続くと

喘息症状が数年に渡り続くと・・・

- 咳や呼吸困難感が持続する
- 運動するときつくなるため運動を避けるようになる
- スポーツの才能があっても活かせない
- 病院受診のためにお金や時間を費やす必要がある
- 喘息コントロール不良であると職業の選択や趣味にも影響が出てくるため希望の職業につくことができなくなる可能性がある
- 喘息そのものによる他の呼吸器疾患や心疾患に罹患する
- 運動習慣がないことから生活習慣病にも罹患しやすくなる。

今回のまとめ

- 家庭内に喫煙者がいると喘息や中耳炎などを起こしやすく、知能低下、低身長、キシヤスイ子どもとなる可能性がある。
- 喘息においては治療効果を減弱させるため本人が吸入ステロイドなどをちゃんと使用していても効果が得られない。
- 将来、生活習慣病に罹患しやすくなり、職業選択の自由さにも影響。

こどもの将来を潰す原因となっても
まだタバコを吸い続けますか？