

たばこの健康影響に関する現時点の見解

令和8年7月9日

- 紙巻たばこに関しては能動喫煙、受動喫煙ともに健康影響が明らかとなっている。
- 加熱式たばこも主流煙、副流煙ともに、発がん物質を含む有害物質が検出されていることから、能動喫煙、受動喫煙ともに健康影響が懸念される。
- 加熱式たばこが紙巻たばこと比較して健康影響が小さいと言えるエビデンスはない。
- 加熱式たばこについて、今後さらに研究を進める。

		紙巻たばこ		加熱式たばこ	
		能動喫煙	受動喫煙	能動喫煙	受動喫煙
WHOにおいて既公表の見解	成分	● 7,000種類以上の化学物質が含まれ、そのうち250種類以上が有害または発がん性あり。	● 副流煙には、ホルムアルデヒドやベンゼンなど数百種類の有害物質(発がん物質含む)が含まれる。	● 紙巻たばこには含まれない発がんの可能性のある物質と、遺伝子に悪影響を与える可能性のある物質あり。 ● 有害物質を計測する標準的な測定方法がまだ確立されていないため、比較を行うことは難しい。	記載なし
	健康影響	● 年間700万人以上の死亡の原因。 ● 肺がん、心疾患、COPDなどの死亡の原因。	● 受動喫煙で年間160万人が死亡。受動喫煙に、安全なレベルはない。 ● 受動喫煙は、心疾患、肺がん、COPDの死亡の原因。	● 加熱式たばこについては、独立した研究が不足しているため、長期的な健康影響は不明。 ● 心臓や血管への影響は、紙巻たばこと同じくらいの危険性がある可能性がある。 ● 加熱式たばこには、紙巻たばこと同程度のニコチンが含まれている。ニコチンは非常に依存性が高く、特に子供や青少年の健康に悪影響を及ぼすことが知られている。	(曝露について) ● 室内空気汚染を増加させ、室内の潜在的発がん物質等の濃度は、WHOが推奨する限界値を超える濃度になるとの報告がある。 (健康影響について) ● 加熱式たばこの受動喫煙にさらされると、周囲の人に喘息や喘息のような症状、のどの痛み、頭痛、胸の痛み、などが起きる可能性があるとする報告がある。
厚生労働科学研究等での知見	成分	● 5,000種類以上の有害物質が含まれている。発がん性のある物質も約70種類存在している。	● 副流煙に含まれる化学物質は、主流煙に含まれる成分とほぼ同じ。また、含まれる量は、主流煙より副流煙の方が多い。	● 発がん物質が含まれており、そのうちの一部は、肺がんのリスクが懸念される量である。 ● ニコチン等の一部の有害物質は、健康影響が生じる量を超えている可能性あり。特に、ニコチンの量は、心機能への影響が強く懸念される。 ● 主流煙の成分比較では、紙巻たばこと比較すると、発がん物質と非発がん物質の双方で、加熱式たばこの方が量が多い場合がある。なお、燃烧由来成分の場合は、加熱式たばこの方が概ね低い。	● 副流煙で、発がん物質を含む有害物質が検出されているとする報告がある。 ● 有害物質が空気中に発生することが強く懸念されるとする報告がある。
	健康影響	● 虚血性心疾患、脳卒中、肺がんを含めた様々ながん、早産、歯周病、ニコチン依存症等との因果関係が明らか。	● 肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群との因果関係が明らか。	● 高血圧などの心血管系、ニコチン依存への影響が強く懸念される。	● 煙にさらされた人の生体試料からニコチンや発がん物質の代謝産物が検出されることが報告されており、受動喫煙による有害物質に曝露することが懸念されるとする報告がある。

1. Effects of tobacco on health (WHO,2025)
2. Tobacco (WHO,2025)
3. Tobacco Control Playbook: comprehensive smoke-free legislation: an essential component of tobacco control strategy(WHO European region,2025)
4. FCTC/COP10/10 Comprehensive report on research and evidence on novel and emerging tobacco products, in particular heated tobacco products, in response to paragraphs 2(a)-(d) of decision FCTC/COP8(22) (WHO,2023)
5. Heated tobacco products: information sheet - 2nd edition (WHO,2020)
6. 喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書(通称:たばこ白書)。2016
7. 厚生労働行政推進調査事業費補助金(厚生労働科学研究事業)研究代表者:牛山明。2025