

喫煙女性の母乳はニコチン入り

たばこを吸うとニコチンなどの影響で血管が収縮し、血流が悪くなります。その結果、妊娠中であれば子宮の収縮が起こりやすくなり、胎盤の機能が低下して、流産や早産等のリスクが高まります。また、血流の悪化は胎児の成長を妨げ、低体重出生の原因になったり、知能の発達が遅れる可能性も高まります。出産後も喫煙を続けると、母乳はニコチン入りとなり、濃度は血液中の3倍となります。

父母ともに喫煙する場合は、乳幼児にとってリスクは一層高いものになります。

「女性の喫煙者で、長く喫煙を続けていると、同年代の非喫煙者に比べて肌荒れやしわ、シミ、吹き出物が明らかに多くなり、不自然な老け方になります。」

（東京女子大学大学院 健康学 内科 呼吸器科）



受動喫煙の小児への影響

日常生活上の受動喫煙との関連が確実な病気（罹患リスク）

- 急性肺炎・気管支炎 **1.46～2.50倍**
- 気管支喘息 **1.43～1.46倍**
- 慢性呼吸器症状 **1.36倍**
- 中耳炎 **1.19～1.58倍**
- 低体重出生 **1.20～1.40倍**
- 乳幼児突然死症候群 **4.70倍**
(父母ともに喫煙、死亡リスク)



（カノファミニコチン暴露環境改善をもちに2011年10月10日発行の「たばこ禁煙」による）

喫煙のデメリット

健康面



経済面

●喫煙直接経費【例/1日2箱（@250円×2コ）喫煙した場合】

1ヶ月	15,000円
3ヶ月	45,000円
6ヶ月	90,000円
1年	180,000円
10年	1,800,000円
30年	5,400,000円



●喫煙間接経費

カーテンや壁紙等の汚れによる、家の価値の低下
火事

受動喫煙が問題視されるわけ

たばこの各種有害物質の含有量は喫煙者が直接吸い込む「主流煙」よりも「副流煙」のほうが高いことが知られています。ですから、受動喫煙者となりうる大切な家族や会社の仲間に対して喫煙者は加害者となりうるのです。

主流煙

たばこ自体を通過して喫煙者の口腔に達する煙

副流煙

たばこの点火部から立ち昇る紫煙

副流煙

受動喫煙

ニコチン：2.8倍
一酸化炭素：4.7倍
アンモニア：46倍

刺激性が強い

空気

蒸気

フィルター

ガス

空気

主流煙

直接喫煙

たばこ1本あたりの有害成分の量は、副流煙の方が主流煙より多く、また、副流煙は強いアルカリ性で主流煙より粘膜刺激性が強い。

つまり、愛煙家には「紫煙」とあがめられる副流煙は、たばこを吸わない周囲の人々にとっては迷惑この上ない。

喫煙習慣は、歯周病の最大のリスク要因

白い歯は、禁煙から



健康な歯肉

- 歯周病は、虫歯と並ぶ歯科の二大疾患で、歯肉炎、歯周炎のことをいいます。また、歯周病は歯を失う最大の原因といわれています。



重い歯周病

- 歯周病を引き起こす最大の危険因子は、喫煙とされ、たばこを吸わない人に比べ発症する率は2~9倍になるといわれています。

- 喫煙は、歯周ポケットの中で増殖する細菌を退治する免疫機能を弱めたり、阻害したりします。

(文責 長野県歯科矯正協会)

(写真提供 日本歯科大学 講師 イシダ 弘太郎)

