



受動喫煙の怖さを知ろう

山口大学・山口県立大学名誉教授 江里 健輔 先生

1. タバコの煙に含まれる有害物質

朝起きて喫煙すると、体がしびれた経験はありませんか。経験された方、これはたばこの煙の中に含まれている一酸化炭素が血液中のヘモグロビンと結合して、血液の酸素運搬機能が阻害され、血管が収縮し、組織が酸素欠乏状態に陥るためです。

このように、たばこの煙は肺から速やかに吸収され、全身に拡がり、中枢神経に作用し、少量では興奮作用、大量では鎮静作用を引き起こします。そして、たばこの煙には約5,300種類の化学物質が含まれ、一酸化炭素、ニコチン、タール、カドニウム、アンモニア、ヒ素などの発がん物質が含まれています。

2. 受動喫煙(※)とは

多数の有害物質を含むタバコを喫煙し、体を壊すのは自己責任ですから、第三者が喫煙者にくどくど文句を言っても仕方ありませんが、吸いたくない煙を吸わされる第三者(受動喫煙者)には大迷惑な話です。

このため、2018年7月健康増進法が一部改正され、第二種施設(商業施設、事務所、工場などで二人以上の人が利用する施設)では、原則、屋内禁煙(喫煙を認める場合は喫煙専用室などの設置が必要)となりました。

※受動喫煙・・・喫煙していないでも周囲に喫煙者がいると、火をつけたタバコの先端から立ち上がる煙(副流煙)や、喫煙者が吐き出した煙(呼出煙)を吸ってしまうこと。



3. 受動喫煙者の肺ガン(腺ガン)リスク

受動喫煙に伴う肺ガン発生のリスクが証明されるようになりました。国立ガン研究センターは受動喫煙と肺ガン罹患率との関係を報告しています(Int.Cancer,2008,122、653-657引用)。

i) 夫からの受動喫煙による非喫煙女性の肺ガン罹患率

対象者は平成2年と平成5年に40~69歳のたばこを吸わない女性約2万8千人です。平成16年まで追跡したところ、109人が肺ガンに罹患しました。夫の喫煙状態別発生率は、夫が非喫煙者である女性より、夫が喫煙者である女性の方が約1.3倍と多く、罹患者の8割が腺ガンで、受動喫煙のある女性は受動喫煙のない女性の約二倍でした。

肺ガンの組織学種類には、喫煙者に多発する扁平上皮ガンや小細胞ガンは太い気管支に発生し、腺ガンや大細胞癌などは肺末梢の細い気管支に発生します。

受動喫煙の女性に腺ガンが多い原因は、受動喫煙では煙が空气中に拡がり、フィルターの役目をする鼻腔から吸われる有害物質が、喫煙者が口から直接吸うより小さいので、肺の奥まで吸い込まれるためと推測されています。

ii) 開放型の屋外喫煙所から受動喫煙を回避する

日本禁煙学会によると、喫煙者1人から出る煙は無風状態でも直径14mの範囲まで拡がり、複数人が同時に吸うと、その範囲は2~3倍に拡大すると報告しています(読売新聞、2024,4,5引用)。大阪医科薬科大学などは屋外喫煙所にセンサーを設置し、喫煙所から25m以内に通行した人を「受動喫煙者」としてカウントしたところ、推計喫煙者は262人だったのに対し、受動喫煙者は約15倍の3,907人であったと報告しています。このセンサーを応用すれば、簡便な方法で望まない受動喫煙者を減らすことが出来、極めて有用だと報告しています。

4. むすび

受動喫煙の怖さは多くの人達に認知されるようになり、市街には多くの喫煙所が設けられ、決まった場所で喫煙する人が増え、以前のような喫煙所以外で喫煙する人は少なくなりました。

最近、受動喫煙の肺ガンには、喫煙者とは異なる遺伝子変異が誘発され、良性腫瘍のガン化を促したり、ガンの悪性度を高めているなど、受動喫煙による肺ガンは喫煙者とは健康への影響が異なることが判りました。いずれ、受動喫煙のリスクが遺伝子レベルで明らかにされるようになるでしょう。

受動喫煙が100%なくなるような社会にしなければなりません。まずは社長さん、受動喫煙の怖さを認識していただき、職場でも「喫煙率ゼロ」を目標にして「卒煙」にチャレンジしてはいかがでしょうか。

