

禁煙 シリーズ 32

～加熱式たばこなら、大丈夫？は誤解です～

最近、煙が出ない新しいタイプのたばこが登場しています。その一つが加熱式たばこです。たばこの葉を電気で加熱して蒸気を発生させ、ニコチンを吸い込むものです。

たばこ会社は、発がん性物質や有害物質は紙巻きたばこより少なく、たばこ関連疾患のリスクを減らすとの研究論文を出しているところもありますが、米国FDAたばこ製品科学諮問委員会は、たばこ会社の主張を否定している他、2017年には加熱式たばこのフィルターから加熱時に有害化学物質が発生していることが報告されています。

また、日本呼吸器学会は、加熱式タバコが産生するエアロゾルには有害成分が含まれており、健康への影響が不明のまま販売されていることは問題であること、加熱式タバコの呼気には有害成分が含まれており、喫煙者・使用者だけでなく、他者にも健康被害を起こす可能性が高いという見解を示しています。

そして、加熱式タバコが紙巻タバコよりも健康リスクが低いという証拠はなく、いかなる目的であってもその喫煙や使用は推奨されず、加熱式タバコの喫煙の際には紙巻タバコと同様な二次曝露対策が必要である、という提言を述べています。

(保健管理センターホームページで連載中の「禁煙シリーズ」21・23も加熱式たばこについて記載してありますのでご参照ください。)

ここからは、喫煙者の方へのメッセージです！

喫煙の害は理解していても、なかなかやめられない方もいらっしゃることでしょ。

保健管理センターでは、予約制で禁煙相談を実施しており、呼気CO濃度測定やニコチンパッチの処方を受けることができます。(処方には医師の診察が必要です。)

あなたの健康のため、あなたのそばにいる人の健康のため、禁煙にトライしてみませんか？

(参照) 日本医師会 禁煙推進Webサイト

厚生労働省 HP

日本呼吸器学会「加熱式タバコや電子タバコに関する見解と提言」(2019.12.11)

