

「副流煙」の危険度

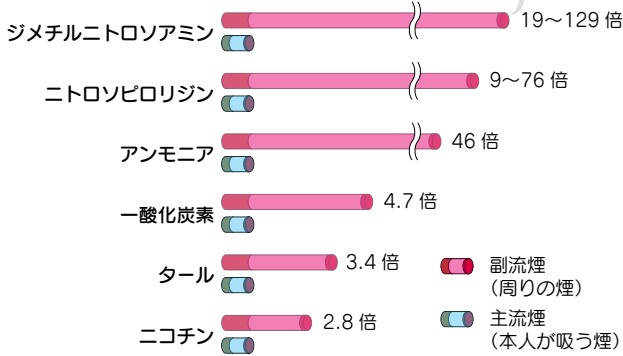
煙を吸わされる人は、もっと怖い！

喫煙が健康に悪影響を及ぼすことは、もはや周知の事実です。それでも喫煙を続けている人のなかには、「自分の体だから、他人にとやかく言われる筋合いはない」と思っている人も多いのでは？ しかし、タバコの害は自業自得ではすまされません。喫煙者の周囲にいる人は、喫煙者が吸っている煙よりもはるかに有害な「副流煙」を吸わされているのです。



**副流煙には主流煙の
数倍、数十倍以上の
有害物質が含まれている**

●タバコの煙は副流煙の方がはるかに有害



タバコの煙には、喫煙者本人が吸い込む「主流煙」と、火のついたタバコの先端から立ち上る「副流煙」があります。副流煙には主流煙よりも有害物質が多く含まれていることがわかっています。タバコを吸うと、先端の火のついた部分が赤く光り、タバコの葉がよく燃えているのがわかります。これは、先端部分に酸素が引き寄せられ、燃焼温度が上昇しているということです。このとき、先端部分の温度は900℃にも達しています。そのため、主流煙に含まれている有害物質の多くが分解され、さらにフィルターまで通すために、主流煙は案外マイルドな煙となります。

家族や周囲の人を 肺がんや虚血性心疾患の 危険にさらす副流煙

一方、吸っていないときのタバコの先端部分は、燃えるというよりは焦っているように見えます。先端部分の温度は300~400℃程度であり、いわゆる不完全燃焼の状態です。副流煙は燃焼温度が低いため、有害物質はあまり分解されず、フィルターも通さないことで、高濃度の有害成分を含んだまま漂うこととなります。アルカリ性のアンモニアも大量に含まれるため、目や鼻の粘膜を刺激します。タバコの煙には約200種類の有害物質、60種類以上の発がん物質が含まれています。副流煙に含まれる有害物質の濃度は、主流煙を1とすると、ニコチン2.8倍、タール3.4倍、アンモニア46倍、ジメチルニトロソアミンと呼ばれる発がん物質に至っては19~129倍も高くなっているのです。副流煙が充満している室内では、非喫煙者も喫煙者と同程度、あるいはそれ以上にタバコの害にさらされているということです。

タバコを吸わない人が、周囲に漂う副流煙を吸ってしまうことを「受動喫煙」といいます。受動喫煙については、国内外の研究からさまざまな健康被害があることが明らかになっています。国立がん研究センターの多目的コホート研究によると、夫が喫煙者である女性（本人は非喫煙者）が肺がんになる危険度は、夫が喫煙者でない女性に比べて約1.3倍。しかし、肺がんのなかでも腺

がんというタイプに限定すると、危険度は約2倍になることがわかりました。腺がんは肺の奥にできるがんで、以前は喫煙との関連はそれほど強くないとされてきたタイプのがんです。受動喫煙では、空気中で拡散して微細な粒子となった煙を吸い込むため、肺の奥まで有害物質が入り込んでしまい、腺がんが増えるのではないかと考えられています。



→ 8~9頁も
ご覧ください。

同じく多目的コホート研究では、閉経前のタバコを吸わない女性が家庭や職場で副流煙にさらされると、乳がんになる危険度が2.6倍になるという報告もあります。ただし、閉経後の女性では明確な影響は見られなかったため、閉経前の女性の場合は女性ホルモンの活性が関係していると推測されます。

また、米国保健省の公衆衛生総監報告書では、受動喫煙は循環器系への害が直ちにもたらされ、虚血性心疾患の危険度が25~30%高まるとしています。

その他にも、副流煙は妊婦や子どもにも大きな健康被害をもたらします。受動喫煙は、低体重児出産やSIDS（乳幼児突然死症候群）、幼児の発育障害やぜんそく、中耳炎などのリスクを高めることがわかっています。

最近では、喫煙者の服や髪についた残留物から有害物質を吸入するサードハンドスモーク（三次喫煙）も問題視されています。タバコを消した後も、健康被害が止むことはないということです。それでも、タバコを吸い続けますか？