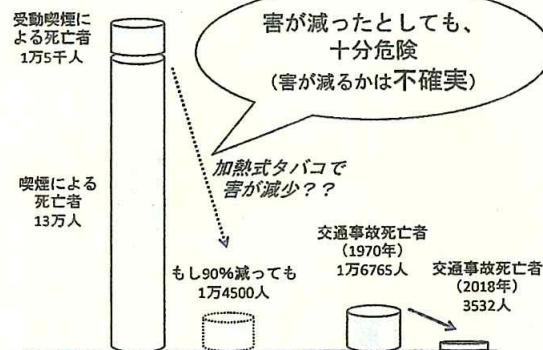


小袋の「ニコチン」を吸って



生活習慣病防止へ！
市民と医療者の会

「加熱式タバコ」や「電子タバコ」という言葉を耳にす。ここでクイズです。加熱式タバコは、普通の紙巻きタバコに比べて害が少ないって本当？



加熱式タバコの製造会社は「有害物質を90%低減」と謳(うた)っています。それでは害も同じだけ減っているのでしょうか？ 三つのポイントを指摘したい

加熱式タバコは害少ない？

やはり健康被害あり

と思います。

まず第1に、「有害物質が90%減っていることは、身体への害が90%減ることにはならない」という点です。海外での信頼性のある研究で「心筋梗塞や脳卒中のリスクは、一日1本しか吸わなくても20本吸う人の半分にしかならない」という結果が出ています

第2は、「たとえ害が90%減ったとしても十分危険」ということです。交通事故の死者数はピークだった1970年の1万6765人から、0年の1万6765人から、

(2018年ブリティッシュメディカルジャーナル)。有害物質の量を減らしても、身体への害は比例して減るわけでは無いのです。

第2に「全ての有害物質が90%減っているわけでは無い」ことです。アメリカでは、56の有害成分は紙巻きタバコより濃度が高いことが分か

り、加熱式タバコの販売許可を出した米国食品医薬品局(FDA)は、「リスクが低いと認めただけではない」といえるのです。

加熱式タバコとは、火はつ

けずに専用の装置でタバコの葉を電氣的に加熱することです。タバコの成分を吸いこむ

2018年は3532人、約5分の1に減りました。それでも交通事故は危険なもので、タバコ会社だけが製造して

たとしても毎年1万4千人以上は遭遇しますが、加熱式タバコは「タバコ」です。一方電子タバコというのは、法律的にはタバコではありません。タバコの葉を使っ

項目	加熱式タバコ	電子タバコ
特徴	タバコ葉を燃やさずに加熱して、その成分を吸う。紙巻きタバコと同じ「タバコ」である。	香りや味のついた液体(リキッド)を気化させて吸う。日本では法律上ニコチンを混ぜることは禁止されているが、欧米ではニコチン入りが主流。
タバコ葉の使用	あり	なし
ニコチンの含有	あり	本来はなし(2010年の調査では25銘柄中11銘柄に含まれていた。)
使用者自身への健康影響	あり	可能性あり(溶液からの有害物質の検出・使用者の健康被害の報告はある。)
周囲への健康影響	あり	可能性あり

ド)をタバコのような形の器具を使って気化させ、それを吸いこむものです。タバコではないから安全か、ということでもなく、リキッドの成分に有害物質が含まれていることがあります。(表参照)

加熱式タバコと電子タバコは、形が良く似ており、安全なのか有害なのか、未成年は吸っていいのか悪いのか、禁煙の場所でも吸えるのか、など多くの混乱を引き起こしています。市民の皆さまが正しい判断をできるように、きちんとした情報を発信するのが、我々医療者の務めであると考えています。

クイズの答えは「加熱式タバコは害が少ないとはいえない。もし少なくなっても十分に危険です。」

(田那村医院 院長・田那村 雅子)

