

受動喫煙を知っていますか？

受動喫煙とは、他人が吸っているタバコの煙を吸い込んでしまうこと。そのときに吸っていないくても、タバコのおいにする人の近くにいて、受動喫煙になります。



タバコの煙には、ニコチン、タール、一酸化炭素など70種類以上の有害な物質が含まれています。吸っている本人だけでなく、受動喫煙を受けた人も、生活習慣病(高血圧や心臓病、糖尿病など)や癌(がん)などになりやすくなります。

では、受動喫煙は、妊婦さんや赤ちゃん、子どもたちに、どんな影響を与えているのでしょうか？ 最近のエコチル調査の結果から色々なことがわかってきました。

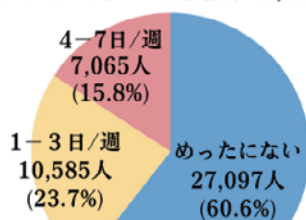


☆2024年5月31日は世界ノータバコデーです。宮城県でも「受動喫煙をしたくない、させたくない」という気持ちを表すイエローグリーンキャンペーンを行います。電波塔や、角田市のロケットなど、いろいろな場所が黄緑色にライトアップされる予定です。探してみてくださいね！

1. 妊婦さんの受動喫煙

エコチル調査の質問票への回答者44,747人のうち、実に4割近い妊婦さんが受動喫煙を受けていました。

「週にどのくらい受動喫煙を受けていましたか？」 回答者計 44,747人



週4日以上、1日に1時間以上の受動喫煙を受けた妊婦さんでは、妊娠高血圧症候群という病気になりやすくなることがわかりました。



妊娠高血圧症候群は、おなかの赤ちゃんが大きくなれなかったり、具合が悪くなってしまったりする原因になります。

妊婦さんと赤ちゃんを守るために、周りの人たちが禁煙することがとても大切です。

参考文献：Secondhand smoke exposure is associated with the risk of hypertensive disorders of pregnancy: the Japan Environment and Children's Study. Hypertens Res 46, 834-844 (2023).

2. 子どもの受動喫煙

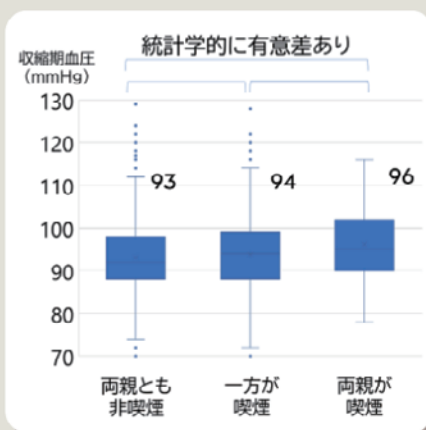
エコチル調査の対面調査に来てくれた、2歳、4歳の子どもの血圧を調べました。その結果、保護者の人からの受動喫煙を受けている子どもたちでは血圧が高くなっていることがわかりました。

タバコの有害物質の中には、大人の高血圧の原因になるものが含まれていますが、小さい子どもたちの血圧にも影響を与えてしまう可能性があるようです。

参考文献：Environments affect blood pressure in toddlers: The Japan Environment and Children's Study. Pediatr Res (2023) doi:10.1038/s41390-023-02796-8.

このほかにも、受動喫煙によって子どもが気管支喘息になりやすくなる、肥満になりやすくなる、などのこともエコチル調査で分かってきました。

参考文献：Scientific Reports 13:3234 (2023), International Journal of Environmental Research and Public Health 18:12506(2021)



周りの大人たちが禁煙することが、子どもたちの将来の健康を守る第1歩ですね。

