

いきいき健康術 第77回

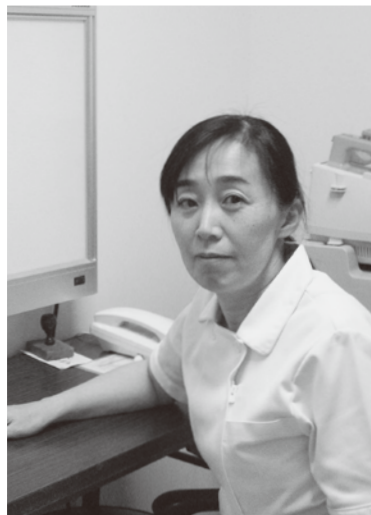
『受動喫煙の防止について』

このコーナーは、町立病院・診療所の医師や専門職員が皆さんにお届けする健康情報コーナーです。今回の担当は、国保京丹波町病院の平田千春看護師長(第1)。自分のまわりの人の健康を害するかもしれない「受動喫煙」の防止に関するお話です。

皆さんは受動喫煙ってご存じですか。受動喫煙とは、タバコの中から立ち上がる煙、喫煙者から吐き出される煙、空気中に漂う煙はもちろん、喫煙者の衣服や髪、喫煙後の息(呼吸)、喫煙室の壁や、カーテンなどからも発散される有害物質によって、タバコを吸っていない人が暴露されてしまう状態をいいます。

「タバコといえば肺がん」という印象があります。厚生労働省の調査によれば、受動喫煙だけでも人体に及ぼす影響はかなり大きく、肺がんや虚血性心疾患による死亡率は一・三倍も高くなるといわれています。また、年齢が低いほど血液中のニコチン濃度は高くなる傾向があり、子どもは成人よりも影響を受けやすい状況にあります。喫煙後に子どもを抱いたり会話をするだけで、子どももタバコの影響を受けてしまうのです。皆さんのお子さんは守られていますか。大丈夫ですか。

昨年、瑞穂小学校の五、六年生の児童が、病院の見学に来てくれました。その時に「中国のPM_{2.5}は大丈夫なのか」と、空気中に広がる有害物質について質問してくれた子がいました。確かに、テレビや新聞でも取り上げられ、どうすればいいのか悩むことはあります。しかし、「実際それよりも怖いのは、近くで吸う大人のタバコの煙よ」と答えると、驚いた表情で「うちのお父さんだめだわ」と落胆していた子どもがいました。お父さん、おじいちゃん、子どもたちが心配していますよ。将来自分たちを背負ってくれる子どもたちの



看護師長(第1)
平田 千春 さん(京丹波町病院)

ためにも、吸う場所環境に注意してくださいね。

「京都府における受動喫煙防止対策に関する報告書」の基本的な考え方に、

- ① 屋内、屋外を問わず、不特定多数の者が利用する公共的な空間は全面喫煙禁止。
 - ② 未成年者および妊産婦を受動喫煙から保護する。
 - ③ 通りや路地、公園、建物の出入口付近など、特に未成年者が多く往来する路上などについても喫煙禁止。
- などが提唱されています。

皆さんも、自分やご家族、友人など周りの人たちのために、喫煙と健康について考え、できることなら禁煙されることをお勧めしたいと思います。

京丹波町病院情報

京丹波町病院では、毎月の第二・第四土曜日の午前中に内科と小児科の診療を行っています。

☎ 86-0220