

むらいクリニック通信

新型タバコの危険性

喫煙者は非喫煙者に比べて有意に閉塞性睡眠時無呼吸症候群（OSAS）のリスクが高いということが分かっています。タバコに含まれる有害物質により鼻や喉の粘膜に慢性的な炎症を起こし、空気の通り道（上気道）が腫れてしまうからです。

喫煙は健康に良くないのは分かっているけれども止められない、従来の紙巻タバコよりも健康被害が少ないというイメージがある新型タバコならいいだろうと思っている方もいるのではないのでしょうか。しかしながら日本呼吸器学会の見解においては、新型タバコが紙巻タバコより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ないと提言されています。

●種類と注意点

新型タバコには2種類あります。



- ・加熱式タバコ：葉タバコを加熱することによりニコチン含有エアロゾル（気体中に浮遊する微小な液体または個体の粒子）を発生して吸引するタイプ
- ・電子タバコ：液体（ニコチンを含むもの、あるいは含まないもの）を加熱してエアロゾルを発生させて吸引するタイプ

加熱式タバコは、煙が見えにくいために受動喫煙は生じないように受け止めがちです。しかし、加熱式タバコ喫煙者の主流煙中には、従来の紙巻タバコとほぼ同レベルのニコチンや揮発性化合物が含まれていますし、呼吸にも有害物質は含まれ、2メートル以上の距離まで届くことが確認されています。実際に加熱式タバコを近くで喫煙された場合、非喫煙者の37%に気分不良などの症状が発生したことが既に報告されています。

電子タバコはタバコの葉を使用しておらず、ニコチンを含む電子タバコの製造や販売は日本では承認されていません。しかし、市販されている電子タバコからニコチンが検出された報告があります。そして使用する液体には様々な添加物や香料が加えられており、原材料は無害であっても加熱することにより発がん性のある有害物質が生じることも報告されています。

●禁煙外来

結局のところ、従来の紙巻タバコにしても新型タバコにしても、どちらも『百害あって一利なし』なのです。タバコを止めたくても止められないのはニコチン依存症という病気が原因です。興味がある方は当院の禁煙外来にお越しください。



参考

加熱式タバコや電子タバコに関する日本呼吸器学会の見解と提言

●クリニックよりお願い●

PSGを予約された方は、原則当日キャンセルをお断りしております。キャンセル希望の場合には1週間以上前に連絡してください。CPAP使用の患者さんは使用状況に関係なく、**月1回の受診**が必要です。受診予約のない方は受診予定の確認のため当院もしくは機器メーカーより連絡する場合がありますのでご了承ください。

耳鼻咽喉科・アレルギー科
いびき・無呼吸検査治療室



むらいクリニック

〒503-0836
岐阜県大垣市大井2-44-2
Tel 0584-77-3838 Fax 0584-77-3839
予約専用Tel 0584-47-9898
<http://www.murai-clinic.jp>