

受動喫煙症の方を救ってください

① 受動喫煙にさらされた際の急性反応

受動喫煙にさらさせると、男性の3割、女性の7割以上に、目の刺激（目が痛い、目がしみる）、のどの刺激（のどの痛み、せき込み）、脳の刺激（頭痛）などの症状が生じます。これらの症状は受動喫煙にさらされた方の正常な反応です。



② 急性受動喫煙症

繰り返し受動喫煙にさらされていると、これらの症状が高じていきます。急性の受動喫煙症と呼ばれる病態です。受動喫煙にさらされるとき、目の刺激、のどの刺激、脳の刺激症状が悪化し、受動喫煙の停止とともに症状が消失～改善するということを繰り返していきます。（再発性急性受動喫煙症）

③ 慢性受動喫煙症

続いて、慢性受動喫煙症が発症します。目やのどの症状、せき、頭痛の悪化とともに、化学物質過敏症、アトピー性皮膚炎、ぜんそくやその悪化、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、小児の肺炎・中耳炎・気管支炎・副鼻腔炎・身体的発育障害などが発生していきます。

④ 受動喫煙症はなぜ起こるのか

タバコ煙には、5300種類もの化学物質が含まれています。あらゆる化学物質に対してアレルギー反応を起こす化学物質過敏症、アトピー性皮膚炎、ぜんそくの悪化などはこの多数の化学物質に対する一種のアレルギーであると推測されます。

ご存知ですか、タバコの成分

タバコ煙の成分	身のまわりの例
✓アンモニア	悪臭、刺激臭
✓ホルムアルデヒド	シックハウス、塗料
✓トルエン	シンナーの主成分
✓フェノール	殺虫剤の主成分
✓ベンゼン	ガソリンの成分
✓シアン化水素	殺そ剤（ねずみ駆除剤）
✓カドミウム	有毒金属、イタイタイ病
✓一酸化炭素	車の排気ガス
✓ダイオキシン	ごみ焼却から出る猛毒
...	



タバコの煙には5300種類の化学物質
その中には70種類の発がん性物質

⑤ 受動喫煙症が起こる人と起こらない人

受動喫煙症が起こる人と起こらない人がおられます。ソバに対する食物アレルギーをお考えください。ソバを食べて何もいない方がいる一方、ソバを食べるとひどいおう吐やぜんそく、発疹がでる方がおられます。このように過敏症反応は人により様々です。

⑥ 受動喫煙症が起こらないために

ソバアレルギーが起こらないようにするためには、ソバを「まったく」食べないようにするしかありません。わずかにソバの成分があるだけでも、微量のソバを混ぜてある食物でもソバアレルギーは起こります。このように受動喫煙症の方の症状の予防には、タバコの煙が全くない空間が必要です。

⑦ 仕切りや喫煙室など分煙ではダメ

仕切りを設けたり、喫煙室を作っても、煙は拡散し、空間を汚染することが分かっています。受動喫煙症の方は微量のタバコの煙でも症状が出現します。

⑧ 集合住宅やご近所のタバコ煙

ベランダや換気扇下、庭先での喫煙を行うと、タバコの煙は近所の家へ流れていきます。科学的検討の結果、家のドアや窓を閉め切っても、タバコの煙はドアの隙間や窓の下のレール部分からお隣りの家の中へ入り込むことが判明しています。

⑨ お願い：どうぞ救ってください

受動喫煙症となってしまった方は連日様々な症状に苦悩されます。喫煙をされる方に悪意がないことは十分承知しておりますが、そのタバコの煙が隣人へ意図しない健康危害を起こしてしまいます。受動喫煙症と診断された方がおられましたら、分煙・ベランダ喫煙・換気扇下、庭先や玄関先等での喫煙はどうかおやめください。喫煙をされる方におかれましてはこの機会を捉えて禁煙に挑戦していただくか、わずかでも煙が流れ込まない遠く離れた場所での喫煙をお願いする次第です。ご配慮をいただくことで受動喫煙症の方が救われます。弱者保護の観点に立ち、重ねてお願いを申し上げます。



製作：一般社団法人くまもと禁煙推進フォーラム

参照：一般社団法人日本禁煙学会 http://www.nosmoke55.jp/passive_dx.html