

## 受動喫煙とは

今日も鈴鹿山脈が霞んで見えます。春霞といえば優雅ですが、日本海を超えて飛来した黄砂と、最近話題になっている「PM 2.5」とよばれる直径 2.5 ミクロン以下の微細粉塵も、その主役を演じています。PM 2.5 は気道をすりぬけて肺に入り、肺組織に沈着する大気汚染粒子で、排気ガスや煤煙のほか、タバコの煙にもふくまれます。今回のテーマは、タバコが喫煙者のみならず、その周囲の人の健康にも危険をおよぼす「受動喫煙」です。

最近、こんなことがありました。高血圧で通院中の男性 A さんが 3 ヶ月 (5 回) の指導によりめでたく禁煙に成功、ご自身は無論、外来スタッフも盛りあがりしました。さて 1 ヶ月後、A さんが外来診察室に入って来られたとき、タバコの臭いが漂いました。仕事で排気ガスや煤煙を吸うことはないし、糖尿病などの代謝疾患、喘息や炎症など肺疾患はありません。念のため測定した呼気の一酸化炭素濃度は、非喫煙者としては高値でした。そこで「最近タバコを吸いましたか?」と尋ねたところ、「4 ヶ月前から 1 本も吸っていません」とのこと。そのご家族についてお話を聴き、納得しました。奥様がヘビー・スモーカーで、A さんはその煙を「受動喫煙」していたのです。

タバコを吸った直後の喫煙者の呼気には、ニコチンなどタバコ由来の化学物質が高濃度に含まれていて、喫煙者の家族はそれを受動的に吸いこみます。これらの有害物質は、衣服、壁、カーテンや家具、自家用車内にも付着していて、喫煙者の生活空間に漂い、受動喫煙をひき起こします。2003 年、世界保健機構 (WHO) が受動喫煙を防止する条約を採択し、わが国でも受動喫煙の防止 (努力目標) を明記した「健康増進法」が施行されました。その後の疫学研究によれば、わずかにタバコの煙を吸いこんでも、心筋梗塞や脳卒中になる危険が増すようです。癌になる確率も上がります。2006 年、米国公衆衛生長官は、家庭や職場での受動喫煙が、非喫煙者が肺癌で死亡するリスクを、およそ 20% 増加させることを公表しました。

わたしは A さんに受動喫煙について手短かに説明して「奥様にも禁煙を勧めてください」とお話ししました。奥様のタバコは、遅かれ早かれ、一家の健康に悪影響をおよぼすことになるのです。禁煙は喫煙者本人のみならず、周囲の人たちの健康にもプラスに働きます。まず自分で禁煙しましょう。それに成功した方は、ご家族やお友達に勧めてください。鈴鹿病院のスタッフは、お役にたきたいと思います。



一酸化炭素測定器 (スモーカーライザ)

(内科・循環器科、副院長 安間文彦)