

タバコ談義 広報げろ 2016.2

タバコ談議

◎喫煙とストレス

タバコを吸うと解消されるストレスとは何でしょうか。喫煙者にはタバコを吸いたいというストレスがあります。体に入ったニコチンは30分ほどで半減するので、イライラなどの禁断症状は精神的な負担となり、タバコを吸える環境が少なくなる中で吸いたいという要求もストレスとなります。このストレスはタバコを吸うと減少しますがまた次の喫煙までに徐々に増えてきます。喫煙することがストレスを生んでいるわけです。

◎喫煙と作業能率

喫煙者の脳は、喫煙していないときは、機能低下状態にあり、喫煙でニコチンが入ると、一時的に非喫煙者と同等となるという研究結果があります。喫煙しない人の仕事効率は時間とともに向上するのに対して喫煙者では仕事開始とともに能率が低下し、喫煙しニコチンが補充されると元に戻るだけのことなのです。その他喫煙者は非喫煙者に比して作業中のけがが多いこともわかっています。

◎喫煙と税金

タバコの値段は64%が税金です。政府は手っ取り早い税収源と考えています。現在タバコによる税収は年間二兆五千億円になろうとしています。財政難の折これからもタバコを値上げし税収増を目指していくでしょう。下呂市で毎日460円のタバコを一個買えば年間167900円の出費となりますが、下呂市には年間38413円の税金が入ります。

◎喫煙と医療費

喫煙者は非喫煙者に比して明らかに医療サービスを受ける割合が多いようです。喫煙による年間の医療費は三兆円を超えるという試算があります。喫煙が原因で発症する肺がんは、その入院手術費用だけでも150万円以上かかります。タバコ病といわれるCOPD(慢性閉そく性肺疾患)は現在の医療では肺臓移植以外に治すことのできない不治の病で、進行すると酸素吸入が必要となり頻回の医療サービスが必要となります。COPDは禁煙によって、発生、進行を抑えることが可能です。

◎タバコと火事

全国の火災発生件数は年間四万件以上でその原因は放火を除くとタバコによるものが最も多いということです。また火災による死者は年間1700人ほどで、放火を除くとこれもまたタバコによるものが最も多くなっています。喫煙するにしてもしっかりとマナーを守り防火を心がけることが大切です。

◎禁煙外来

金山病院では禁煙外来を設けています。ニコチンは麻薬や覚せい剤と同じように依存症を引き起こします。依存症になると多くの場合精神力でやめることは困難で医療の助けが必要となります。禁煙外来では喫煙の害を正しく理解していただき、喫煙とは別の方法でニコチンを補充する治療や、ニコチンと同等の効果を有する内服薬を使用することによって禁煙に成功するケースが増えています。 下呂市立金山病院 禁煙外来 古田智彦