

## タバコの話し

現在日本では男性の約3割、女性の1割が喫煙しています。男性の喫煙率は徐々に減少してきていますが女性は横ばい状態です。

◎タバコの値段の60%が税金で国、県、市町村に入ります。下呂市で一箱410円のタバコを買ったそのうちの約92円が税金として下呂市に入ります。一日一箱(410円)買うと一年で149,650円の支出となり、下呂市に33690円の市税が入ります。

◎体調を崩して病院にかかると初診料だけで2700円、胸部レントゲン写真を撮ると最低2100円、合計4800円かかります。胸のCTを撮ると14700円、肺がんを胸腔鏡を使って手術すると10日間入院で1650000円という高額な医療費が必要となります。

◎タバコの煙は発がん物質を多く含んでおり、喉頭がん、肺がん、膀胱がんなどの原因の一つとなっています。喫煙者が病気になる割合は厚生労働省によるとがんによる死亡危険度1.5倍以上、循環器病約1.5倍、心筋梗塞、狭心症1.7倍、脳卒中1.7倍とされています。

◎現在日本における死因の第1位はがんですが、部位別がん死亡率の第1位は肺がんとなっています。さらに肺がんは最も治りにくいがんです。タバコを吸う人が肺がんになる割合は吸わない人の4.5倍以上です。

◎喫煙開始年齢が若いほど体は影響を受けやすく、青少年期に喫煙を開始すると、成人後に喫煙を開始した場合に比べて、がんや虚血性心疾患などの危険性がより高くなります。肺がんでは、20歳未満で喫煙を開始した場合の死亡率は、非喫煙者に比べて5.5倍。

◎タバコの手でがんよりも治療が困難なのはCOPD(慢性閉塞性肺疾患)です。日本では700万人程度の潜在患者がいると推計されこれは糖尿病と同じ程度の患者数です。タバコにより肺が徐々に壊され、これはタバコをやめても元には戻りません(治りません)。酸素吸入が必要になり肺炎などにかかりやすくなり死亡の大きな原因となってきています。助かる道は肺移植のみです。

◎喫煙すると仕事の能率が上がるとか、気分がリフレッシュするというのは大きな間違いです。タバコを一本でも吸うと脳血流が極端に減少します。ニコチン依存症ではタバコを吸わないでいると禁断症状で気力が低下し、仕事の能率が落ち、喫煙で体にニコチンが補充されると元に戻るだけのことなのです。

◎日本で起こった全火災の原因はタバコが第一位を占め、放火、コンロなどが続いています。タバコは火災による経済的損失ばかりでなく生命をも脅かしています。火災による焼死者の中でその原因の一位はタバコです。

◎喫煙者には気づきにくい問題に臭いがあります。衣服や部屋に染みついた臭いばかりでなく、吐く息の臭いはタバコを吸わないものにとって耐えられません。家庭での悪臭ワースト10の一位はタバコという調査結果も見られます。

◎金山病院では禁煙外来を設けて健康保険を使って治療を行っています。治療を受けた方の多くが禁煙に成功しておられます。受診ご希望の方は電話でご予約ください。

下呂市立金山病院 院長 古田智彦