

ホームページが新しく
なりました！！

<http://shizuken.com/>

薬局通信 はあもにい

No.121

2005年

10月号

ことぶき薬局 TEL055(977)6024 FAX055(984)0770 たまち薬局 TEL054(251)1678 FAX054(251)1685

ひまわり薬局 TEL053(463)4312 FAX053(460)4612 みかん薬局 TEL053(584)2230 FAX053(584)2240

知っていますか？タバコの害

タバコの煙には有害成分が沢山！！

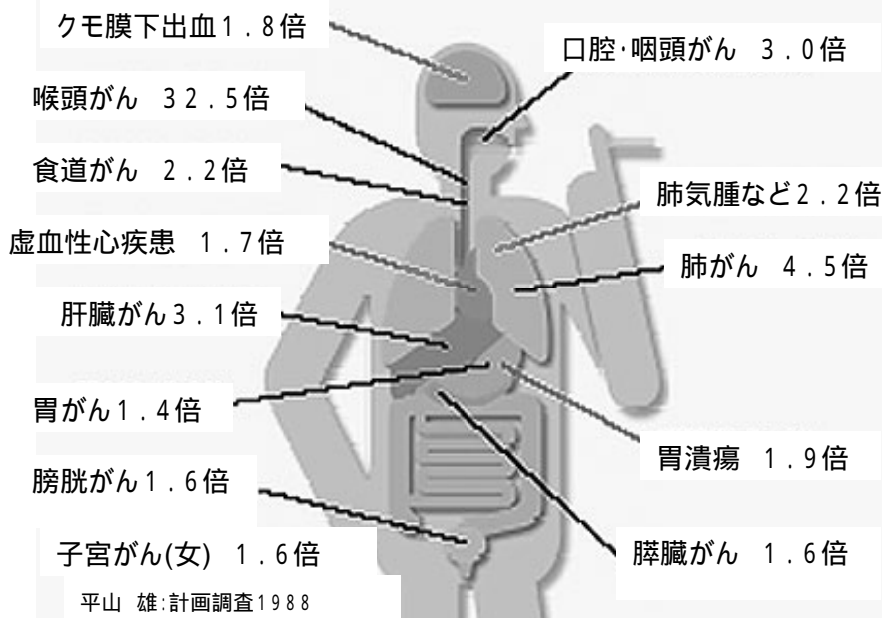
タール、ニコチン、一酸化炭素、この3つは動脈硬化の促進、発ガン性からタバコの3大有害物質と呼ばれています。昨今の禁煙推進化によって、この3つは聞いたことのある方は多いと思われます。

タバコの煙には4000種類以上の化学物質が含まれ、そのうちの200種類以上が有害物質です。それらの有害物質は煙からだけでなく、唾液と共に飲み込まれ、全身にばらまかれます。

下の図のように、タバコを吸う人と吸わない人を比較すると、吸う人は明らかにガンや呼吸器疾患、心疾患や脳出血が多い傾向がみられます。

血流を悪化させる為、胃潰瘍にもなりやすく、多くの臓器にわたって有害性を示しています。

非喫煙者(1.0)と比較した喫煙者の死亡率(男)



タバコの有害物質は血管障害の進行を実際の年齢以上に早くする為、糖尿病の悪化、高脂血症、高血圧症など生活習慣病を引き起こしやすくします。

また、それらの合併症への進行も早め、心疾患、脳血管障害の有病率を高めます。

つまりタバコの害は多彩で私たちの寿命を削り取ってしまいます。

喘息・肺気腫では病気を悪化させると共に、それらの薬を効きにくくする作用も持ちます。

タバコは個人の問題ではありません！！

タバコの煙には本人の吸う『主流煙』と、タバコの先から立ちのぼる『副流煙』とがあります。煙に含まれる有害物質の量は主流煙よりも副流煙のほうに、数倍から数十倍も多いことがわかっております。

この副流煙を、自分の意思とは無関係に吸い込んでしまうことを『受動喫煙』と呼びます。こうした“好まない喫煙”によって病気にかかる危険度は、肺がんでは喫煙者の1.19倍、心臓病で1.25倍にも高まります。また、妊娠中の喫煙は早産や流産、死産の原因となり、赤ちゃんは胎内にいる時から、『受動喫煙』の影響を受けることになるのです。

COPDとは

Chronic(慢性) Obstructive(閉塞性) Pulmonary(肺) Disease(疾患)

COPDとは、息をするときに「気道」に障害が起こって、ゆっくりと呼吸機能が低下する病気です。これまで「肺気腫」「慢性気管支炎」と言われてきたものがほぼ含まれます。

COPDはヘビースモーカーに多い病気で、患者の90%以上は喫煙者です。1日に何箱のタバコを、何年間吸い続けたかをかけあわせた「喫煙指数」(1)は喫煙歴の指標とされ、この数が多いほど早くCOPDを発症します。タバコなどの有害な粒子やガスを吸い込み続けると、肺にいつも炎症が起こった状態が続きます。こうして、肺への空気の流れが慢性的に悪くなります。治療をせずに放置すると肺胞の破壊はますます進行し、全身にさまざまな障害があらわれます。

健康な人でも、年齢とともに肺機能は少しずつ低下していきませんが、COPDにかかると、肺機能の低下スピードが速くなります。異常を自覚して受診するころには、すでに肺胞の破壊が進み、中等症から重症になっているケースがほとんどです。一度壊れた肺胞は、もとに戻ることはありません。適切な治療を受けずに放置すると、急性増悪を繰り返しながら肺機能の低下が進み、行動や生活が著しく制限され、心臓や消化器など全身に障害があらわれます。最後は呼吸不全や心不全、重い肺炎を起こして死に至ります。COPDで苦しまないためには、かかる前の予防(禁煙など)が一番です。できるだけ早期に発見し、正しい治療を受けて悪化を食い止めることが肝心です。

WHO(世界保健機関)の統計では、COPDは世界の死亡原因の第4位にランクされ、今後数十年の間に、ますます患者数と死亡率が高まることが予測されています。日本でも、COPD死の増加が起きている。日本の喫煙率は男女とも世界平均より高く、また高齢者が多いことから、ますます日本でCOPD患者数が増加すると考えられています。



1. 「喫煙指数」= 1日に吸うタバコの本数 * 喫煙している年数

例えば1日に40本、20年間喫煙している場合は $40 * 20 = 800$ 、この指数が700を超えるとCOPDだけでなく、咽頭ガンや肺ガンの危険性も高くなると言われている。

資料: COPD情報ネットより

インターネット版 薬局通信「はーもにい」の掲載ページが変わりました！！
新しいホームページアドレスは、<http://shizuken.com/> となります。
薬局の紹介や「はあもにい」の他に、学会活動や平和運動などもレポートする予定です。
どうぞよろしくお願いいたします。