

# 禁煙・防煙教育プログラム ～母親（両親）教室～

画像

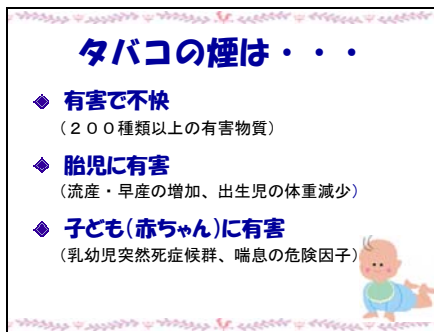
読み原稿

1



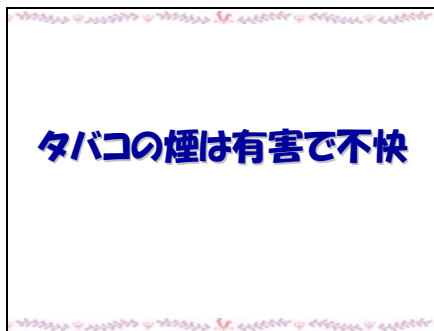
皆さんはタバコに対してどんな印象がありますか？「くさい」「けむい」「癌になりやすい」「リラックスできる」など色々な印象があると思います。

2

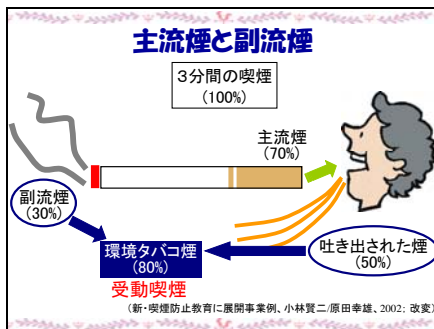


今回は、タバコの煙が、妊娠中やお子さんにどのように影響するかをお話したいと思います。

3

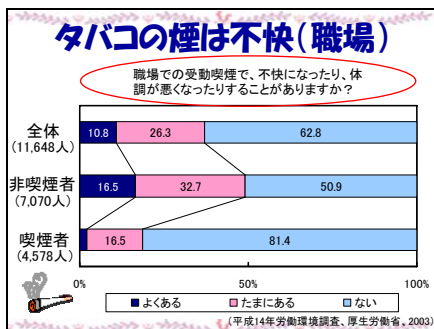


4



タバコの煙は、タバコを吸っている人が口から吸い込む主流煙と、火のついた先から立ちのぼる副流煙とに分けられます。主流煙の一部は外へ吐き出されます。この吐き出された煙と副流煙は、合わせて、「環境タバコ煙」と呼ばれています。環境タバコ煙は、タバコを吸わない周囲の人へも影響を与えます。周囲の人がこの煙を吸うことを、「受動喫煙」といいます。

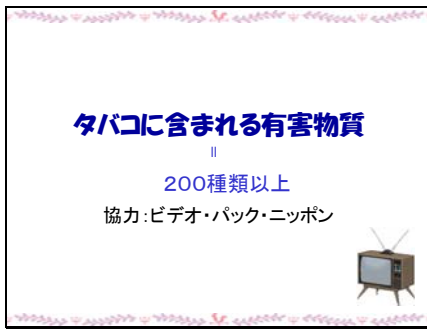
5



これは、職場での受動喫煙で不快になったり、体調が悪くなったりすることがあるかについて、厚生労働省が調べたものです。タバコを吸う喫煙者よりも、タバコを吸わない非喫煙者の方が、タバコの煙は不快だと感じる人が多いことが分かります。

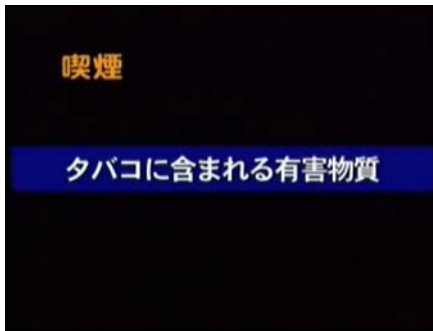
職場の中でも、タバコの煙を快く思わない人もいます。

6



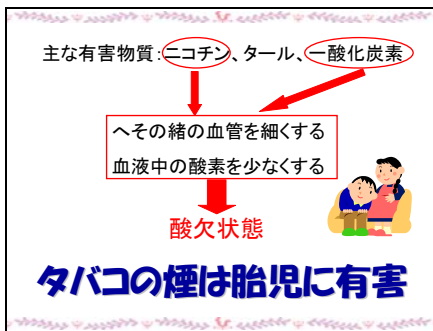
タバコの煙には 200 種類以上の有害物質が存在すると言われています。次に、タバコに含まれる有害物質について解説したビデオを御覧ください。

7



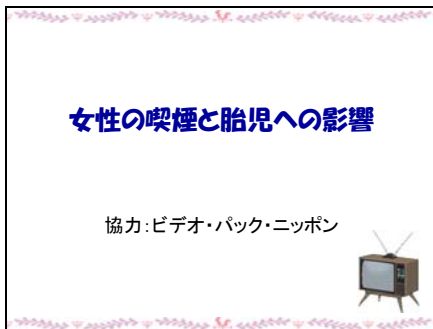
=DVD=

8



タバコの煙の内、主な有害物質は、ニコチン、タール、一酸化炭素であるとのことでした。中でもニコチンと一酸化炭素は、へその緒の血管を細くしたり、血液中の酸素を少なくしたりするため、胎児を酸欠状態にし、悪い影響を与えます。

9



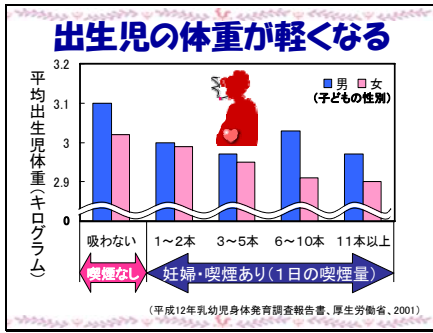
次に女性の喫煙が胎児へどのような影響を与えるのか解説したビデオを御覧ください。

10



=DVD=

11



妊婦の喫煙による妊娠や出産、胎児への影響として、「子どもが低体重で生まれる危険度を高める」というものがありました。

このグラフは、母親が妊娠中に吸ったタバコの量と生まれてきた子どもの体重との関係を調べたものです。母親が吸うタバコの量が多いほど、生まれてくる子供の体重が軽い傾向がみられます。また、父親の妊娠中の喫煙も、生まれてくる子どもの体重に影響を与えることも報告されています。

母親が吸い込んでしまうタバコの煙から、胎児は逃げることはできません。母親が吸い込むタバコの煙は胎児にも有害なのです。

12

### タバコの子どもへの影響

- ◆ 授乳  
ニコチンの母乳への移行
- ◆ やけど・誤飲事故  
急性ニコチン中毒
- ◆ 受動喫煙  
タバコの煙の吸入

出産後でも、タバコは子どもに影響します。

まず、挙げられるのは、授乳による影響です。有害物質の一つであるニコチンは、母乳へ移りやすいため、母親がタバコを吸うと、子どもが下痢や嘔吐などのニコチン中毒症状を示す場合があります。

次に、やけど・誤飲事故が挙げられます。子どものタバコの中毒量・致死量は、たばこ1本分とされています。子どもの手の届くところにタバコがあると危険です。

さらに、子どもの受動喫煙による影響も挙げられます。

13

### タバコの煙は子どもに有害

14

### タバコの煙による空気汚染

これは、空気中の粉じん(汚れ)を集める装置を使って、空気の汚れ具合をみたものです。かつこ内の数字は、汚れの重さを示しています。真ん中にある外気を集めたものと、右にある喫煙室の空気を集めたものを比べると、喫煙室の方が若干黄色っぽく汚れていることが分かります。

これは、家の中でタバコを吸う人がいると、壁紙が黄色っぽくなるのと同じで、タバコの煙のタールなどが紙についたためと考えられます。

子どもの生活する場でタバコを吸うことは、タバコの煙を強制的に子どもに吸わせることになります。

15

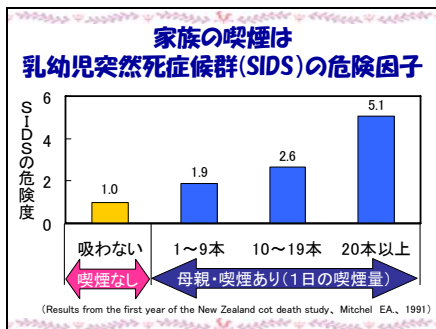
### 子どもの受動喫煙による健康被害

害	報告	米	米	米	英	WHO
		1986	1992	1997	1998	1999
		公衆衛生局	環境保健庁	環境保健庁	タバコ科学委員会	非感染性疾患部門
SIDS*の危険因子						
喘息の危険因子						
喘息の発作、症状(悪化)						
中耳炎(増加)						

■ : 原因である    ■ : 関連がある    \*SIDS: 乳幼児突然死症候群  
(ニッポンの「たばこ政策」への提言、望月友美子編、2004: 改変)

子どもの受動喫煙による健康被害については、WHO など、いくつかの機関でとりまとめが行われています。タバコは、SIDS: 乳幼児突然死症候群や喘息の危険因子である他、喘息の発作や症状を悪化させたり、中耳炎になる危険性を増したりすると言われています。

16

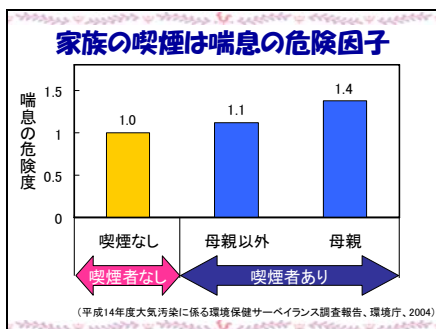


SIDS: 乳幼児突然死症候群とは、それまで健康であった乳幼児が何の前触れもなく、突然死する病気です。うつぶせ寝や人工栄養、親の喫煙で危険度を増すとされています。SIDSは、0歳児の死因第3位を占めています。

このグラフは、母親がタバコを吸わない場合の危険度を1とした場合、母親の喫煙量によって危険度が何倍になるかを示したグラフです。母親の喫煙量が増えるほど、危険度が増すことが分かります。

また、父親がタバコを吸う場合でも危険度は増え、母親、父親両方がタバコを吸う場合は、さらに危険度は増します。

17



これは、家族がタバコを吸わない場合に子どもの喘息の危険度を1とした場合、家族の喫煙状況によって危険度が何倍になるかを示したものです。家族にタバコを吸う人がいると、子どもの危険度が増すことが分かります。

また、母親、父親両方がタバコを吸う場合は、さらに危険度は増します。

このように、タバコの煙は生まれてきた子どもにも有害です。健やかな子どもの成長を願い、可能な限り、タバコのない環境を子どもへ与える必要があります。

18

**みなさんへのお願い**

- ◆ **タバコを吸っている人**  
これを機会にタバコをやめましょう。
- ◆ **自分は吸っていないが、家族でタバコを吸っている人がいる**  
御家族に禁煙(分煙)をすすめましょう。
- ◆ **自分も家族もタバコを吸っていない**  
生まれてくる子ども達や周囲の喫煙者へタバコの影響を伝えましょう。

これまでの説明の中で、妊娠中だけでなく、子育て中にも「タバコ」は子どもへいろいろな影響を与えることが確認できたと思います。

そこで、皆さんへお願いです。

タバコを吸っている方は、これを機会にタバコをやめましょう。

自分はタバコを吸っていないけれど家族で吸っている人がいるという方は、家族に禁煙をすすめましょう。

自分も家族もタバコを吸っていないという方は、生まれてくる子供達や、周囲でタバコを吸っている人たちへたばこの影響を伝えましょう。

19



これは、タバコの影響をカイワレ大根の生長で確認する実験です。皆さんのお手元に実験キットと説明書があります。

20



説明書にそって実験をすれば、8日目くらいには、カイワレ大根の生長の違いを確認できると思います。試してみてください。

横浜市衛生研究所感染症・疫学情報課