

## 心臓血管外科★健康講座

喫煙者はどんどん減少しています。1966年には日本人男性の喫煙率は83.7%でしたが、2018年には27.8%まで減少、約50年で56ポイント減りました。

岩手県立中央病院心臓血管外科では、身近な医療の情報を解説した健康講座を県民の皆さんに提供します。第1号は喫煙者の減少についてです。

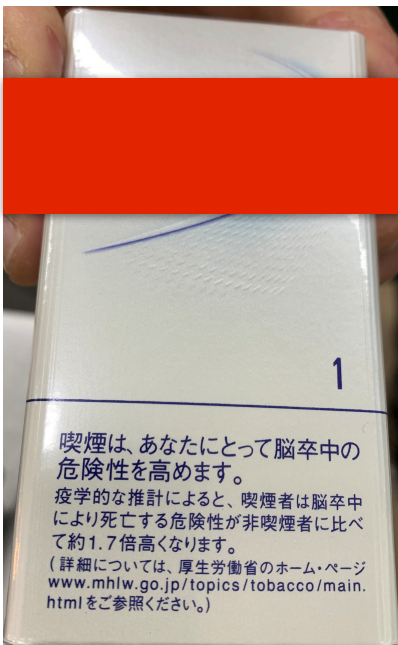


# 禁煙

長期に渡って喫煙をしていますと、がん、虚血性心疾患（狭心症、心筋梗塞）、慢性閉塞性肺疾患（肺気腫、慢性気管支炎）にかかりやすく、喫煙関連三大疾患と呼ばれています。このほか、大動脈瘤の拡大リスクとしてもよく知られています。吸っている本人だけでなく、受動喫煙の結果、同居家族にも健康被害が及ぶことが知られています。



Speak LARKで有名なCM



現在は、パッケージに健康被害についての警告が書かれています。

現在、タバコの価格は、1箱20本でおよそ500円とかなり高額で、その6割は税金です。経済的にも大きな負担となります。

昭和の時代には、タバコのテレビCMがたくさん流れ、俳優がカッコよくタバコを吸う映画、テレビ番組もたくさん作られました。当時の実に80%を超える喫煙率は、そうした宣伝によるものだと言っても過言ではないでしょう。ニコチン依存症が日本人にありふれたものになってしまったわけです。

しかし、健康に害があることは明白であり、広告に規制がかけられるようになりました。2005年からは全面禁止となり、喫煙者も急激に減少しています。宣伝広告がいかに喫煙者を増やしていたのかが逆に明らかになり、禁煙をする方が増えたのでしょうか。

喫煙は、健康を害し、経済的負担を増大させる行為です。吸い始めたきっかけは、宣伝広告だったかもしれません。そういう意味では気の毒なことだと思います。しかし、喫煙の結果、苦しむのは本人、家族です。

多くの施設で屋内が原則禁煙となり、今後、喫煙者はどんどん減っていくことでしょう。もしまだ喫煙している方は、ぜひこの機会に禁煙されることを強くお勧めします。

岩手県立中央病院心臓血管外科

健康講座 第1号